

3 டிசம்பர் '90

மலர் ரூ. 5/-

# மாங்கையார் மலர்



உள்ளே

பெண்களுக்கு—

**ஸ்ரீசத்யசாயிபாபாவின்**

அமுத உரைகள்!

சிறுப்புப் பக்கங்கள்:

**பாபாவின் வண்ணப்பங்களுடன்!**

A Padmini® product

ശ്രീകൃഷ്ണൻ്റെ ചതുർത്ഥിയിൽ  
യഥാർത്ഥ ശ്രീകൃഷ്ണൻ്റെ ചായം

Gulistan  
THE MOTHER OF A THOUSAND ROSES  
WITH TADOM



சிதம்பரம் முதலே என் கணவருக்குத் தீபாவளிப் பண்டிகையுடன் ஒரு தெருக்கம். இன்றுவரை (தடுத்தர வயதாகியும்) தீபாவளினை உற்சாகமாகவும், ஜாலியாகவும் கொண்டாடுவது அவர் வழக்கம். சாதாரண நாட்களில் அவரை விடியற்காலையே எழுப்ப வேண்டுமானால் "டேய், விடியுக்குத்து எழுந்திருடா, தீபாவளிதா, பட்டாகவெடிக்க ஆரம்பிச்சாக்க" என்று காதலுக்கே கூறினால் போதும் வாரிச் சுருட்டிக் கொண்டு எழுந்து விடுவாராம்.

பதினேழு வருடங்களுக்கு முன்பு என் கணவருக்கு மணமாகியது, கூடவே இவருக்குப் பம்பாய்க்கு மாற்றல் ஆகிவிட்டது. தனியார் கம்பெனி ஒன்றில் இன்ஜினியராக அப்போதுதான் சேர்ந்திருந்தார். பம்பாய் சென்று குடும்பம் நடத்தத் தொடங்கினோம். ஆறுமாதத்தில் தலை தீபாவளியும் வந்தது. சென்னைக்கு வந்து மிகமிக ஜாலியாகக் கொண்டாடினோம். என் புருஷன் வீட்டாகும். பிறந்த வீட்டாகும் சிறும் துணிமணி கூடும் பட்சணங்களும் கொடுத்து விமரிசையாக தலை தீபாவளி நடந்து முடிந்தது.

இரண்டாவது தீபாவளி, அதாவது நாங்கள் தனியாகக் கொண்டாடப் போகும் முதல் தீபாவளி. சந்தோஷக் கணவுகளில் இருவரும் மூழ்கி தீபாவளிக்கு ஒரு மாதம் முன்பே பட்டுஜெட் போட ஆரம்பித்தோம். அப்போது பம்பாய் கவர்மென்ட் சூலார்டர்ஸில் ஒருவர் வீட்டில் முன்பக்கத்தில் ஒரு அறையே எங்கள் மாளிகை. அது கூடக் கிடைக்காதவாற பலர் அங்கு வந்து, அதற்கும் வந்தது சோதனை 'எம்ரிஜென்ஸி' ரூபத்தில் அரசாங்கவிடுகளில் தனியார் கம்பெனிக்

காரர்கள் வாடகைக்கு இருக்கக் கூடாது என்ற சட்டம் இருந்ததால் 'எம்ரிஜென்ஸி' நேரத்தில் எங்கள் வீட்டு சொந்தக்காரர் பயத்து கொண்டு எங்களை உடனே விட்டாக் காலி செய்யும்படி சொல்லிவிட்டார். வேறு வீடும் கவப்பத்தில் கிடைக்காது. கிடைத்தாலும் குறைந்தபட்சம் ரூ 3000/- பசடி தர வேண்டும். வாழ்க்கையின் முதல் படியில் காவல் வைத்திருப்பவர்கள் தாங்கள்.

என் கணவரோ தன் மனை, பணக் கஷ்டங்களை வெளியே கூறாமல் (பெற்றவர் களிடம் கூட) தன்மானத்துடன் வாழ்க்கை நடத்தும் இலட்சியவாதி. எப்படியோ பணத்தைப் புரட்டி வேறு வீடு பார்த்து (அதுவும் ஒன்றை நாம் தான்) அட்வான்ஸும் கொடுப்பதற்குள் விழிப்பிழங்கி விட்டது. ஊருக்குப் போகக் கூட பணமில்லை.

தீபாவளிக்கு இன்னும் ஒரு வாரமே இருந்தது. என் முதல் மகன் கைக் குழந்தை. கையில் காலணா இல்லை. தனக்கோ தன் மனைவி, குழந்தைகளுக்கோ புதுத்துணி எடுக்கக் கூட முடியாத நிலை. என் கணவர்



**வந்த நாள்**

**(கீபாவளி)**

**ஞாயகம்**

**வெஞ்சிலை**

**வந்ததே!**

கவனப்பட்டு அப்போதுதான் பார்த்தேன். நனக்கு மிகவும் பிடித்த தீபாவளிவைக் கொண்டாட முடியாமல் போனதில்லையென்று அவர் அடைந்த வேதனைச் சொல்ல வார்த்தைகளை இவ்வய. நானும் எல்லாவையோ சமாதானப்படுத்தினேன். டோன வகுடத் துணி கணையோ உடுத்துக் கொண்டலாமே என்றெல்லாம் தேற்றினேன்.

மறுதான் ஆபீஸில் இவர் நண்பர் இவர் முகவாட்டத்தைக் கவனித்து மிகவும் துருவித்துருவி கேட்டதில் வீடு மாற்ற தேர்த்தனையும், பணமில்லாததால் ஊருக்கும் போக முடியாமல் இருக்கேயும் தீபாவளி கொண்டாட முடியாததையும் சொல்லியதும் எல்லாவையோ மறுத்தும் கேளாமல் பிடிவாதமாக, எப்போது முடியுமோ அப்போது கொடு போதும் என்று சொல்லி நூறு ரூபாயைக்

வையில் திணித்துவிட்டார். வேறு வழியின்றி அதை வாங்கிக் கொண்ட என் கணவர் கடைக்குச் சென்று குழந்தைக்கு ஐம்பது ரூபாயில் ரெடிமேட் டிரஸ்ஸும், ஐம்பது ரூபாய்க்குப் பட்டாசும் சந்தோஷமாய் வாங்கி வந்தார்.

எங்கள் முதல் தீபாவளி புதுத்துணி கட்டாமலேயே முடிந்தது. இன்று என் கணவர் அந்த திருவனத்தில் கிணை மாணே ஜாக்கப் பதவி உயர்த்து என்க்கும் குழந்தை களுக்கும் பட்டு போன்ற உயர்த்த துணி வாகக்கணை எடுத்துக் கொடுக்கிறார். யாராவது தீபாவளிக்குத் துணி வாங்கவில்லை என அறிந்தால் உடனே வாங்கிக் கொடுத்து விடுவார்.

— பாண்டி இராமச்சந்திரன்.

**குடும்ப நல  
ஆலோசனை  
செயல்பாட்டுக்  
குழு**

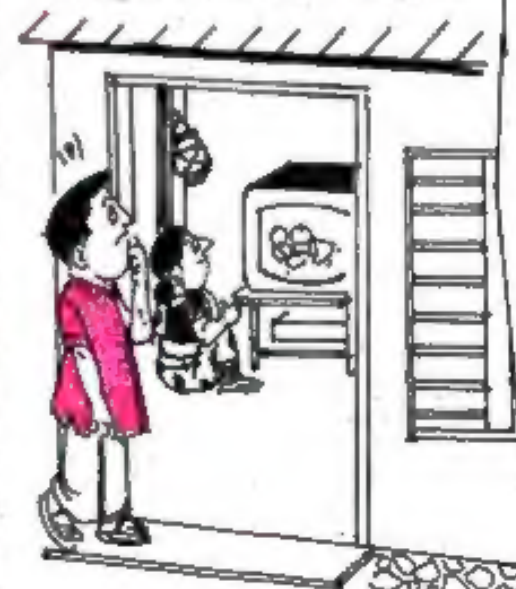
ரெய்ச்சல் பல நல்ல ஆலோசனைகளை வழங்கினார். சிறு சிறு பயிற்சிகளைக் கொடுத்தார். அனைத்தையும் ஆர்வமுடன் பயின்ற அவர், இப்போது கணவன் எதிர்பாரக்கும் அளவிற்கு மாறிக் கொண்டு வருகிறார். அந்தக் கணவரும் மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன் குழுவிற்குக் கடிதம் எழுதிவிருக்கிறார்.

இதற்கு தேர்மானாக இங்கொரு கேஸ். கணவன் ஏற்றுக் கொள்ள ஆர்வமுடன் தவிராக இருந்தும், மனைவியைப் பிரித்து வைத்திருக்கும் தாய்விட்டார். நம்முடைய உதவிக் குழு தேரில் சென்று பேச முயற்சித் தும் எதுவும் செய்ய இயலவில்லை. வருத்தத் துடன் திரும்பி வந்து விட்டார்கள்... எங்களுடைய பணி தொடர்கிறது...

குடும்பத்தில் ஏற்படுகின்ற பல்வேறு பிரச்சனைகளைத் தீர்க்க மன்கவலர் மலர் எடுத்துக் கொண்டுள்ள முயற்சி மிக நன்றாக நடந்து வருகிறது. அண்மையில் பெங்களூர் சென்று கர்நாடகா உயர்த்தி மன்றத்தில் தலைமை நீதிபதி. திரு. மோகன் அவர்களையும் சந்தித்துப் பேசினோம். குழு செயல்படும் முறைகள் விரிவாக விசாரித் துத் தெரிந்து கொண்ட அவர் பல நல்ல யோசனைகளையும் தெரிவித்தார்.

எங்கள் குழுவில் மிக ஆர்வமுடன் செயல்பட்டு வரும் குமாரி ரெய்ச்சல் ஒரு நல்ல பணிவாச் செய்தார். தான் அதிகம் படிக்கவில்லைவரிலும், தன் குழந்தைகள் மிகச் சிறப்பாகப் படிக்க வேண்டும் என ஆர்வமுள்ள ஒரு தொழிலாளி, தன் மனைவியோ வெறும் உடலையும், சமைப்பதற்காகப் பொழுதுபோக்குகிறான் என மிகுந்த ஆதங் கம். குழுவிற்கு முன்வீடு செய்திருத்தார்.

அமமூர்த் தீர விசாரித்த தாய்கள் ரெய்ச்சல் களை அவர் வீட்டிற்குப் போய் திவ்வரம் பார்க்கச் சொன்னோம். அந்த எலிய மனைவியின் திவ்வரம்ப் புரிந்து கொண்ட





அன்பார்ந்த பெற்றோர்களே,  
உங்கள் குழந்தைப்பற்றிய கவலையா,  
அவனுக்கு ஆங்கிலம் நன்கு தெரிகிறது  
ஆனால், ஏனோ சரளமாகப் பேச வருவதில்லை-  
பேசும்போது தடை, தயக்கம்-  
இதோ உத்தரவாதமான-  
குறுகிய பாடத்திட்டம்-  
அவனுக்குப்பிரியமான  
கபில்தேவ் பரிந்துரை  
செய்யும் கோர்ஸ்-

**ரெபிடெக்ஸ்**  
**இங்கிலீஷ் ஸ்பீக்கிங்**  
**கோர்ஸ்**



பெரிய கைல்  
400 க்கு மேற்பட்ட  
பக்கங்கள்  
விலை ரூ. 25/-  
அஞ்சல் கட்டணம் ரூ. 5/-

"பேச்சுமொழி ஆங்கிலம்பயிற்சியில்  
இது உண்மையிலேயே நல்ல புத்தகம்"  
-கபில்தேவ்

**ரெபிடெக்ஸ்**  
**ஸெல்ஃப் லெட்டர்**  
**டிராபிங் கோர்ஸ்**

விலை:  
ரூ. 40/-  
அஞ்சல்  
கட்டணம்:  
ரூ. 5/-



கடிதம் வரைதல் சிறுபிள்ளை விலை மாட்டல்  
ஆனால் தான் உன் இக்கவையை அந்த அளவுக்கு எளிதாக்கியுள்ளோம் உங்களுக்காக.  
தங்கள் நண்பருக்கு எழுதினாலும்  
சரி திறவுகதற்கு எழுதினாலும் சரி-இந்தக்  
கோர்ஸ் உங்களுக்கு உக கொடுக்கும்.  
மற்ற புத்தகங்கள் தயார்-கடிதங்களை  
காப்பிடிக்க மட்டும் கற்பிக்கையில், இந்த தூர்  
விருப்பமான கடிதத்தை கயமாக வரைய  
உங்களைத் தயார்படுத்துகிறது.

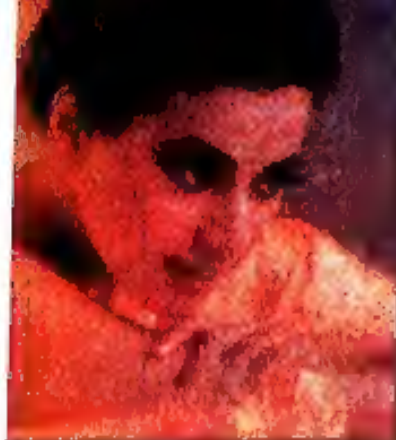
**இதன் சிறப்புத்தன்மை**

- ஏராளமான வாக்கியங்கள்-சொற்றொடர்கள்.
- தேவையான வாக்கியங்களை டிக் செய்து கொள்ளுங்கள்.
- அவற்றை உடனடியாக தொகுத்து எழுதுங்கள்.



AVAILABLE AT leading bookshops, A.H. Wheeler's and Higginbothams Railway Book stalls throughout India or if not available ask by V.P.P. from:-

**PUSTAK MAHAL** Khari Baoli, Delhi-110006.  
Show Room: 10-B, Netaji Subhash Marg, New Delhi-110002. Ph.: 3268292-93



## தகதக தங்கப் பட்டுடன்

## தழுவுது தங்கப் பட்டுடன்

புதிய

## ரெக்ஸோனா

தூய தேய்க்காய்களினால் செறிந்தது

கே: என் வயது 27. என் முகத்தில் குக்கம் விழுந்துள்ளது. புருவம் கவிப்பதன் களைக்குழி, மஞ்சள் புள்ளிகளும் உள்ளன. இதனால் கீழே தட்டியது போல் காட்சி அளிக்கிறேன். எனக்கு உதவங்கள்.

ப: சூறும் வறண்டு விட்டதால்தான். முகச் சருக்கம் ஏற்பட்டுள்ளது. இதிலிருந்து திரவாணம் பெற கீழ் கண்டவாறு செய்வதன்.

கிரிசின் அல்லது தேன் தகக்கப்பட்ட வாழைப்பழம் கொஞ்சம், அந்தடன் நன்றாக அடித்துக் கலக்கப்பட்ட முட்டைக்கரு ஆகியவற்றை, சேர்த்து கலக்குங்கள். தினமும் இதைத் தடவி 15 நிமிடங்கள் கழித்து திரவப் நீரில் முகத்தை அலசிக் கருவங்கள்.

கே: என் கண்ணுக்குள் கீழே தளர்ந்த கருப்பு வளையம் உள்ளது. இதனால் நான் கீழே தட்ட ஆரோக்கியமற்ற காட்சி அளிக்கிறேன். இதிலிருந்து திரவாணம் பெறவது எப்படி?

ப: மஞ்சள், உருண்டை, போல செம்பு, வாசகந்த குளிர்ந்த பாலில் முகம் மூடி நனைத்து சிறப்புகள். பிறகு கண்ணுக்குக் கீழே தளர்ந்த இடத்தில் 10-15 நிமிடங்களுக்கு இதமாக ஒத்தடம் கொடுத்து பின் சிறிது நேரம் ஒப்பக் கருங்கள். அப்படியே இரவில் தூங்கி விடுங்கள். தினசரி இதன்ை முறை வீதம் எழு நாட்களுக்கு தீப்படி செய்தால் குதிப்பிடத்தக்க பலன் கிடைக்கும்.

கே: என் முழங்கை, கால் முட்டை, விரல்களில் உள்ள கருமை மிகவும் கடினமாகிவிட்டது. அதை நான் எப்படி மெளமப்படுத்துவது?

ப: ஒரு தேக்கரண்டி கல் உப்பு, ஒரு தேக்கரண்டியில் எதாவது ஒரு காய்கறி எண்ணெய், அரை தேக்கரண்டி எலுமிச்சம் சாறு இவற்றை உப்பை உண்ணவதையில் வைத்து கலக்கி முழங்கை, கால்முட்டை, விரல்களில் அழுத்தி வட்ட வடிவில் தேய்க்கவும். வறண்ட இடத்தை சூறும் உதிர்வதைக் கண்ணமும் பிறகு, குழம்பு நீரில் அமுவிப்பின் உலர் விடுங்கள்.

கே: என் கையில் ஏற்பட்டுள்ள வெடிப்பு கரணமாக சூறும் கருவிக் விட்டது. இதை எப்படி நான் தீர்ப்பது?

ப: ஒரு தேக்கரண்டி தேனி, ஒரு தேக்கரண்டி பாதம் எண்ணெய், புல்லரிசிக்காய், 4 வெண்ணட்களாய் ஆகியவற்றை கலக்கவும் ஒரு காளாக கிணைத்தில் இவற்றை காரறி மிக மோசாக நுழைத்தல். கைகளில் இதை பூசி 25 நிமிடங்கள் கழித்து கருவலும் அல்லது இரவு முழுவதும் அப்படியே வைத்திருந்து கைகளில் கழுவினால் சீக்கிரம் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

கே: என் முகம் முழுவதும் உள்ள முடியினால், எனக்கு கஷ்டமாக உள்ளது. எந்த கேக்-அப் போட்டாலும், இது மறைவதில்லை. விட்டேயே நான்

## மென்பட்டு மேனி காக்க எளிய குறிப்புகள்



படம் பாரதிமார

செய்யக்கூடிய திரவாணம் கண்டா?

ப: அரை அப் கடனல் மாவது அரை தேக்கரண்டி மஞ்சள், அரை தேக்கரண்டி வெல்லம், 2 தேக்கரண்டி பால் ஆகியவற்றை கலந்து, போல, போல குழைத்து முகத்தில் முடி உளை தீர்ப்புகளில் தடவவும். 5-7 நிமிடங்களுக்கு உலர் விடவும். பாரி உலர்ந்த நிலையில் அந்தக் குழைவை சிறு உருண்டைகளாகவும் வளையில் சருமத்தை இதமாக தேய்க்கவும். இந்தக் குழைவு கருப்பாவதுடன், சில முடிக்க உதிர்வதையும் பார்க்கலாம். முகக் கற்றைவை வெல்லம் அகற்றி விடும் முடி வளர்ச்சியை மஞ்சள் துருக்கும் எனவே தீர்முற்றவை பொறுமைபடன் ஒரு மாதம் செய்து வந்தால் முடி வளாவது குளிர்ந்து விடும்.

வாசகங்களே!

உங்கள் கேள்விகளை அனுப்ப வேண்டிய முகவரி: Rexona-Tips on Skin Care, P.O. Box No. 758, Bombay-400 001.

## பொன்னுன் மென் பட்டு

## மேனி மெருகுக்கே.



இதிலுள்ள லேபிள் தரமான தயாரிப்பு.

தூய தேய்க்காய்களினால் செறிந்தது.





மும் உண்டு. அதைவாறு அம்மனையில்  
மாணவியும், 'பங்கஜன்' தாய்' என்னும்  
நாட்டியும் பங்களியின் அறிபுகமான வஸ்தா  
ஸ்ரீதிவாமனனின் குமாரியான மனு ஸ்ரீதிவா  
னனின் பரதநாட்டியத்திக்கும் உண்டு.

இதன் இயக்குநர் குறும்பி. ராமச்சந்திரன்  
கர்நாடகாவில், வசுதானம் பரிலும் குடும்  
பத்தில் பிறந்தவர். மருதகை வாரிபெயர் தன்  
தந்தை பட்டாச்சாரியே அன்று. அஞ்சிரா  
வாரிப்பில் பல துணைக்கமான ஆராய்ச்சி  
களை செய்து, கச்சேரியில் பல புது உத்தி  
களை அஞ்சிராவில் அகவாண்டு கருபவர்.  
ஸ்ரீமதி எம்.எஸ்.எஸ். எம்.எம்.வி. பரவல்  
முரளி கிருஷ்ணா போன்ற தலை திவந்த  
பாடகர்களுக்கு அஞ்சிரா வாரித்தும்,  
மிகுதங்க மேதை பாலக்காடு மணி அய்யர்.



சாணச்சந்திரன்

மேட்டி: தீவா ராம்கோபால்.

பட்டும் புடைவைகளுக்கு தீவாய்  
வைத்துத் தைத்தால் துரிதமாகக் தீக்  
இரம் விழிவதே.



பெரியவர்கள், குற்றத்தனின் அச  
கைக்குத் தடுத்தாயைப் பந்து வாக்வி,  
பறந்துவரையில் கத்தி அழைக்கும்  
வைத்தால், அடிப்பு விழாமல் தக்கிரம்  
பிந்தப் போகாமல் இருக்கும். (உபயோ  
கிக்காத நேரத்தில், வாகைவிலும்) பாலிங்  
செய்யவும் கவனம்.

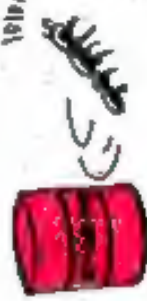
— பார்க்கி.

4. மே. மூர்த்தி, முருகசுப்பிரமணியம் சாமராக.  
மேட்டி: பங்கு பெற்றும், மக்களின்  
ஓடுகைபித்த பாராட்டுக்களைப் பெற்றவர்.

இந்தியாவிலேயே, முதல் முதலாக,  
பெண்களையேர்வண மாத்திரம் கொண்டு,  
தான வாதம் கச்சேரியை திரிவகிக்கத்  
செய்து, அவர்களின் பிரகாசமான  
திருத்திகளை தவார் செய்து வருவதை ஒரு  
மேல்விவாகமே அருளும் இவர், பன்னிப்  
படிப்பு முறைவாக பவில இவையில்கையா  
யினும், பல பொழிகளில், பிரதேசத்துக்குத்  
தக்க விதத்தில், பெரி, அஞ்சிராவின் பல  
மோன உத்திகளை பற்றி மனிக்கண்களில்  
விநியாயபார்த்துக் கடிவவர்.

அக்கவர டப்பாவிலும் கத்திப் பாசு  
கெட் (நிதியை) ஒன்றைப் போட்டு வைத்  
தால் முழுவுதமாக எழும்புவதில்  
மிகுந்து விடுதலை. கத்திப் பாசு வாகைவிலும்  
அக்கவரவின் வருவதில்லை. என் அதுப  
வத்தில் கண்ட உண்மை.

— பார்க்கு கடுகல்.





விழாக்காலம் வந்தது!  
விசைக்குறைப்பும் வந்தது!

# தீபாவளி

சிறப்புத் தள்ளுபடி விற்பனை

## 10% to 50%

29.9.90 முதல் தீபாவளி வரை

### PGP

போனஸ் திட்டத்தில்  
சேர்ந்து  
பட்டுப் புடவைகளை  
பரிசுடன்  
பெற்றிடுங்கள்

- காதுசீழும், ஆரணி, தர்மாவரம்,  
புதுரல் மட்டுச் சேலைகள்
- பிரின்ட்ட் மட்டுச் சேலைகள்,  
மிக் சேலைகள்
- சூரிதாச், மிக் ஷெட்டுகள்
- சூட்டிங்ஸ், சட்டிங்ஸ் அனைத்து  
குடினி எக்ஸ்சுக்குமே



For a Silken dream

## P.கோவிந்தசாமி பிள்ஜா எண்டர்பிரைஸஸ்

25B, ஹாமிட்ஸ் ரோடு, கோயம்புத்தூர்  
சென்னை-600086  
போன் 476759

தீபாவளிக் குகைக்கு குடிநீர் கட்ட உதவுங்கள்

ADSC/90/1



ஒவ்வொரு துளியின் சுத்தத்திலும்  
உண்மை அழகு தெரிகிறது.



ஏனெனில், உங்களுக்குத்  
தெரியும்—ஆரோக்கியமான  
கந்தத்தான் அழகாய்  
இருக்கும்... கந்தத்தான்  
கந்தலின் உண்மையான  
பொருளுக்கு, கந்தம்—இ  
பாராகுட் தேங்காய்  
என்னெனின் உயிர்நாடி.  
ஏனெனில் பாராகுட்,  
என்னெனய் மட்டுமல்ல,  
பொருளுக்கும் ஆகும்  
தெளிவானது...  
கண்ணாடிபோல, கந்தத்தின்  
நிறமனத்தின்... உங்க  
கந்தத்துக்கு சிறப்பான  
தயாரிப்பு... கந்தத்தின்  
புறமரிப்பு.

**பாராகுட்**

கந்தமான தேங்காயென்னெனய்

சுத்தத்தின் பிரதிபலிப்பிலே ஆரோக்கியமான

அழகான சுத்த







அன்புக் குழந்தைகளுக்கு மலரம்மாவோட தீபாவளி வாழ்த்துக்கள். தீபாவளி - உங்களுடைய பண்டிகை இல்லையா? புது டிரஸ் அணியலாம், நிறைய ஸ்வீட்ச், காரம் சாப்பிடலாம், அப்புறம் முக்கியமானது - பட்டாக நிறையக் கொளுத்தலாம்.

சத்தோஷமா இருக்க வேண்டியதுதான். ஆனால் அதே சமயம் ரொம்பவும் ஜாக்கிரதைபாகவும் இருக்கணும்.

என்னுடைய பன்னி நாட்களில்



சீனு என்ற மாணவன் இருந்தான். எப்பவும் அவன் செகண்ட் ரேங்க் வாங்குவான். (பாஸ்ட் ரேங்க் யாருன்னு சொல்ல வேண்டாம், இல்லையா?) ரொம்பவும் வாய்ப்பை.

தீபாவளி அன்றைக்குச் சீனு புஸ்வாணம் கொளுத்தினான். மழைத் தூறலால் 'சட்டென்று நெருப்புப் பிடிக்கலை. இரண்டு மூன்று வரை ஊதுபத்தியை வைத்துக் கொளுத்த முயன்றான். என்னடா இது. இன்னுமா பற்றிக் கொள்ளலை' எனக்குணித்து அவன் பார்க்கவும், 'புஸ்' என்று புஸ்வாணம் சேறவும் சரியாக இருந்தது. மூகமெல்லாம் அப்படியே வெந்து போய் விட்டது. அப்புறம் ஒரு மாதம் ஆஸ்பத்திரி வாசம். மூகம் மட்டும்குறுப்பாக சீனு பன்னிக்குத் திரும்பினான். அதற்கு அப்புறம் அடிக்கடி அவனுக்கு உடம்புக்கு வர ஆரம்பித்து விட்டது.

நமக்கெல்லாம் சீனு ஒரு பாடம். ரொம்ப தைரியமாகப் பட்டாக கொளுத்தும் அதே நேரம் ஜாக்கிரதைபாகவும் இருக்கணும். யாராவது பெரியவர்களைப் பக்கத்தில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

## விடுமுறையில் நான் :

கோடை விடுமுறையில் மதுரை விரிந்து என் அக்கா, அக்கா குழந்தை தேவி இரு வரையும் தங்கள் வீட்டில் விட்டு விட்டு, "வீடு முடிந்ததும் அழைத்துப் போகிறேன்" என்று சொல்லி விட்டு வேலை காரணமாக அன்றே காங்குக்கு சென்று விட்டார் என் அக்கா கணவர். தேவிக்கு வயது இரண்டு மூன்று பத்திரிசா, அதே அவை குழம்பும் நிறைந்தவர்.

வந்த அன்றே குழம்பு வேலைகளை செய்ய ஆரம்பித்து விட்டாள். செக்கியல் அழகாக அடுக்கி வைத்த புத்தகங்களை கவலப்பாள். தொடர்ந்து செட்டைக்கு தண்ணீர் கிற்றப் பள்ளபடுக்கி ரப்பர் குழாயை ஞாலில் உள்ள லாஷ்பெனில் ஞாலில் வைத்து குழாயைத் திறந்து ஞாலு முழுவதும் தண்ணீரைக் கொட்டுவான். எங்களைப் பார்க்க உடன் ரப்பர் குழாயைத் தூக்கி தலை முதுகு பாதம் வரை எங்களுக்குத் தண்ணீர் அபிஷேகம் செய்வான். ஆராய்ச்சி செய்வதாக நினைத்துக் கொண்டு பேட்டர் ஸைட், பேனாக்கள் மற்றும் பல சாமான்களை ரிப்பர் செய்வான். இரண்டு நாள் வேலை இத்தக் கதி என்றால் மீதி ஒன்றரை மாத விடுமுறையை இவருடன் எப்படிச் சலிப்பது என்று நினைக்கவே பயமாகவும், கஷ்டமாகவும் இருந்தது. யோசித்துப் பார்த்ததில் வழி கிடைத்தது.

மறுநாளை காலை காப்பி குடித்த பின் ஏழு மணிக்கு அருகில் உள்ள தனித்தி வகுப்பிற்கு அழைத்துச் சென்று சேர்த்துவிட்டேன். இவள் திரும்பி வர ஒன்பது மணி வாகும். பின்னர் குளித்துச் சாப்பிட்டு பத்து மணிக்கு பக்கத்துத் தெருவில் உள்ள பாட்டு மாமி விட்டிருந்தப் பாட்டு... குழுவைக்கு அனுப்பி விட்டேன். மாமி தகுதிகளை விட்டு வேலைகளை செய்து கொண்டு இவளை அனுப்ப மணி பாரிசெண்டு ஆகும். நான் வேலைகளை முடிக்கவும் இவள் வரவும் சரியாக இருக்கும். எனக்குத் தெரிந்த விஷயங்களை வரையச் சொல்லித் தருவேன். அதற்கு ஒரு மணி நேரம் உட்கார்த்து கை நீட்டுவான். அதற்கு நான் துக்கி எழுத்து விடுவேன். மதியம் சாப்பிட்டதும் அவளுக்கு யூஸ் செய்து பவுடர் பூசி பெரட்டிட்டு ஞான்று மணிக்குத் தொலைவில் உள்ள டாக்ஸ் க்ளாஸ்கு என் தம்பியை கூட்டிட்டு விட்டுவரச் செய்து பின் இரண்டு மணிக்கு அழைத்து வரச் சொன்னேன். இப்படியாக அவளுக்கு கட்டிடமாக வேலை வைத்தேன்.

ஆரம்பத்தில் இவளைத் தவிர சொல்வ நான் பட்ட பாடு போதும் என்றாகிவிட்டது. அவ்வப்போது அவளுக்கு ஞாள் வைத்து, உற்சாகம் படுத்தி, அபரிமிதமாக புஷ்த்து ஒல்



வெகு க்ளாஸ்கும் அனுப்பியதில் நாளை களைத்து விடுவேன். நான்கு நாட்களில் அவளை தவறாமல் எல்லா வகுப்பிற்கும் சென்றாள். சில நாட்கள் கோலிங், சிளிமா அழைத்துப் போனோம். நேரம் கிடைக்கும் போது சில க்ளாஸ்குகள் சொல்லிக் கொடுத்தேன்.

சில நாட்கள் சென்றதும் அவளுக்கு நேரம் இருக்கவில்லை. ஒவ்வொரு க்ளாஸிலும் சொன்னவற்றை விட்டில் செய்து பார்க்கவே நேரம் இருந்தது. இதனால் எந்த நேரம் எந்த அமாக்களும் செய்வானோ, என்ன சாமான் உடைப்போ எனதக் கொட்டுவானோ என்ற பயம் நீங்கியது.

ஒரு மாதத்திற்குப் பின் அவளை நுண்ணெறம் எனக்கே ஆச்சரியமாக இருந்தது. தனித்தியில் எல்லா யோட்டிஸ்கும் தனக்கு தெரிந்திருந்தது. கிதாய், காய், குத்தா, மைதாய், புத்தக், மேஜை... என்னுள்ளையாகப் புத்தாள். மனையில் காண்பித்த சித்திரங்கள், சித்திரமாலா, சமர்ச்சாரி போன்றவற்றையும் படித்தாள். பாட்டில் சரளி வரிசை, ஐண்டை வரிசை முடித்து ஒரு பின்னையார் பாட்டும், ஒரு சின்ன சரஸ்வதி பாட்டும் பாடிக்காண் சித்தாள். ஒரு தொடர் புக் நிறைய குருவி, பை, நாற்காவி, மேஜை, தாமரை, விடு, குளம்... வரைத்து அதற்குக் கை வராக வரிசைகளைத் தீட்டிப் பாடப்பவரைப் பிரமிக்க வைத்தாள். சிலபரத நாட்டிய ஸ்டெப் புகைஸ் ஆடிக்காண்பித்தாள்.

நான் நினைத்துக் கொண்டேன், "குழந்தைகள் படுத்துவிறார்கள் என அழைத்துக் கொண்டிருேயும் எவ்வளவு பெரிய தவறு? நான்தான் அவர்களுக்குச் சரியாக வழிகாட்டுவதில்லை" என்று.

— வி. செல்வி, திருவையாறு.



சரியான விலையில் மிக உன்னதமான ஷாம்ப்பூவின்  
தேர்வு இங்கிருந்து தொடங்குகிறது...

பிராண்டு	* விலை
	(ரூ.)
லாக்மே	25.00 (அரை டிரைவ் டபுட்ட)
ஸன்னிலக்	23.10 (உளகு + விலை தனி)
ஹேலோ	22.00 (உளகு + விலை தனி)
வெல்வெட்	13.50 (அரை டிரைவ் டபுட்ட)

\* பாய்மில் 21 செ.மீ. 90 மி.மீ. 100 மி.மீ. விலை

இங்கே முடிவடைகிறது



இவ்வளவே விலையில்  
உங்கள் குடும்பத்தினர்  
எழில்மிகுந்த, மிருதுவான,  
வளமான கருத்துப்போ  
பெறலாம் உங்கள் கேசம்  
ஷாம்ப்பூ பெற வேல்வெட்  
செக் கண்டிஷனர் ஷாம்ப்பூ  
மற்றும் ஷாம்ப்பூ,  
குடாத்திவான கூந்தலுக்கு  
வேல்வெட் பளகை  
கண்டிஷனர் ஷாம்ப்பூ.

வெல்வெட் வனப்பு : வியப்புடனும் விலையிலே

விநியோகஸ்தர்கள் : கோதிரஜ் சோபஸ் லிமிடெட்

# தங்க நகை சேமிப்பு தங்க நகை பரிசின் பூரிப்பு!



200 ரூபாய் கொடுத்து 5500 ரூபாய்  
மதிப்புள்ள உயர்ந்த 8க 'காட்மியம்  
லாப்டர்டு' நகைகள் வாங்குவது எப்படி?  
மேலும் 5000 ரூபாய் மதிப்புள்ள நகை  
கள் பரிசாகப் பெறுவது எப்படி?  
எப்படி? எப்படி? என கேட்காதீர்கள்  
இப்படி வாருங்கள்.  
சேருங்கள் தங்க சேமிப்புத் திட்டத்தில்.

**போனஸ் நகை! 28-வது  
மாதம் 200 உறுப்பினர்களில்  
85 உறுப்பினர்கள் 'லக்ஷி டிப்' முறையில்  
தேர்ந்தெடுக்கப்படுவீர்கள்.**

முதல் 5 நபர்	-Rs. 5000 மதிப்புள்ள நகைகள்
இரண்டாவது 10 நபர்	-Rs. 2500 மதிப்புள்ள நகைகள்
மூன்றாவது 20 நபர்	-Rs. 1250 மதிப்புள்ள நகைகள்
நான்காவது 50 நபர்	-Rs. 500 மதிப்புள்ள நகைகள்

சேமிப்பில் ஆரம்பத்தில்  
ரூ.200/- மதிப்புள்ள  
பரிசுகள்  
சேமிப்பின் இறுதியிலும்  
தங்க நகை பரிசுகள்



Estd. 1950 Jewellers by Choice for Choicest Jewellery

## M. Sreenivasulu Chetty

JEWELLERS & DIAMOND MERCHANTS

AC-1, SHOP NO. 1, SECOND AVENUE, ANNA NAGAR, MADRAS-600 040.  
Tuesday Holiday (Near Sri Thyagar Temple) ☎ 6211781



'நான்' என்ஹ தலைப்பிலே அருமையான் படங்களை எல்லாம் வரைந்து அனுப்பி இருக்கிறீர்கள்.

எனவே இந்தத் தடவை இரண்டு பக்கங்கள் முழுவதும் உங்கள் படங்கள் தான்.

'நான் எப்போதும் இயைக்கொடு இருக்க விரும்பு இருக்க...'

இரண்டாம் பக்கம்



'நான்' வரம் வரவம்...

முதல் பக்கம் - ஆன்டனி பிரதீப், வித்யா, மயிலாடுதுறை.  
சென்னை - 11.  
இரண்டாம் பக்கம் - கே. எஸ். சென்னை - 25.

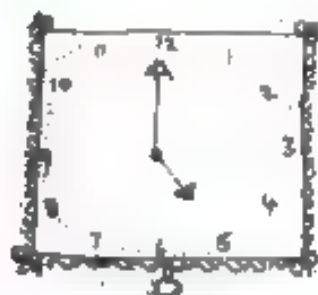
முன்றாம் பக்கம் - நிஷிகாந்த்.

கவதேடி, மன்னாச்சுடி.

பி. என். கிருஷ்ணன், சென்னை - 33.

கே. சரவணன், சென்னை - 29.

"நான் இரண்டாவது மிக ஆக வேண்டும்..."



கே. என். கிருஷ்ணன்.



கே. சரவணன்.

அடுத்த தலைப்பு...

நான் மிகவும் விரும்பும்...-

புள்ளியிட்ட இடத்தில் பொருளோ, மனிதரோ, மிருகமோ, எதை வேண்டுமானாலும் நிரப்பிக் கொள்ளுங்கள்.

படம் வரைபவர்கள் அவரவர் புனைப்படத்தை அனுப்புகள். அதை

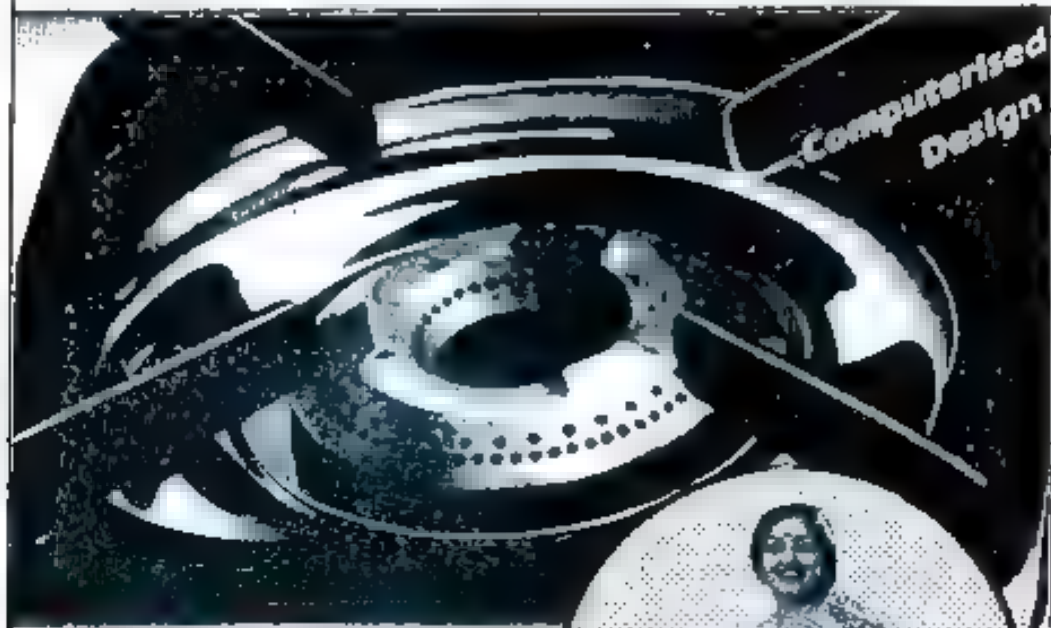
"நான் வரும் தவறாமல் காட்டும் கண்ணாடி..."

அம் சேர்த்துப் பிரசுரிக்கிறோம்.

தீபாவளி முடிந்ததும் உங்கள் தீபாவளி அனுபவங்களைச் சுவை வாகவழுதி அனுப்புங்களேன். புனைப் படங்களுடன் அனுப்புகள். பிரசுர காலம் உட்டுரைகளுக்குச் சன்மான்ம் உண்டு.



துரிதமான, சிக்கனமான சமையலுக்கு புத்திசாலி குடும்ப  
பெண்களின் தேர்ந்தெடுப்பு நிச்சயமாக இது ஒன்றே!



**சீதா**

ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்  
காஸ் ஸ்டவ்

IS 4946



10 Years Guarantee



செ. இரா. 6



**Seetha**

Home Appliances

"உ.அ.பி.எம்." (U.A.B.M.) சென்னை,  
தலைநகரம், சென்னை-600 030.  
தொலை: 418876

தயாரிப்பாளர்கள் :

**meera industries**

185, சிந்தாமணி கட்டுவாய் சாலை,  
சென்னை-600 041.  
தொலை: 416009/416045

- \* உத்தம் கவராத அம்சமான  
ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீலினால்  
வடிவமைக்கப்பட்டது.
- \* விசேஷமான பித்தூசி பராமுகம்  
உள்ளதால் மிகுந்த வரிபொருள்  
மிச்சம்.
- \* உத்தம், பாதுகாப்பான மிக சலிது.



# “ஒவ்வொரு ஸ்பூனிலும் ஒப்பற்ற சக்தி”

உணவுத் தரையில் உணவுப்பொருள். உணவின்  
மேலாகத் தோன்றும் உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள்  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள்  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள்  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள்  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள்  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள்  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.  
உணவுப்பொருள். உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

செருமன்	ஸ்பெஷல்
இரும்புச்சத்து	தங்க பல்பம்
தாதுத்தது	அடங்கியது
150 ரூ. 18	150 ரூ. 88
500 ரூ. 54	500 ரூ. 208
(வரிசை உட்பட)	(வரிசை உட்பட)



தங்கபல்பம்  
கிரிதன் தொழில் நகரத்தில், சென்னை.



**கிரிதன்**  
**காப்பகல்பம்**

உணவுப்பொருள் உணவுப்பொருள்.

\* பம்பாய் விநியோகஸ்தர்: லண்டன் ஸ்டோர்ஸ், துரோஷி ஸ்டோர்ஸ், துரோஷி, பம்பாய் - 17.  
\* பெங்களூர் விநியோகஸ்தர்: சென்னை பிரதர்ஸ், 146, O. K. ரோடு, குமாரகோட்டை, பெங்களூர் - 2.  
எல்லா மருத்துவக் கடைகளிலும் மற்றும் கிரிதன் ஸ்டோர்  
களிலும் கிடைக்கும்.



# பட்டாசு வெடிக்க பத்து கட்டளைகள்

தீபாவளி தெருவிலி விட்டது. எத்தப் பண்டிகைக்கும் இல்லாத சிறப்பு இதற்கு உண்டு. குதூசலத்தோடு பட்டாசு வெடித்து மகிழ் போடுவோம். எக்கும் ஒளிமயம், பொங்கும் இன்பத் தீபாவளி. ஆனால் சற்று அஜாக்ரெஸ்தவாக இருந்தாலும் போதும், கொண்டாட்டம் கொடுமைமயமான விபத்தாக மாறிவிடும் அபாயம் இருக்கிறது. ஒவ்வொரு வருடமும், தீபாவளிப் பண்டிகைக் காலத்தில் ஆயிரக்கணக்கானோர் தீப்புண்டையால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். ஒவ்வொரு விபத்தின் பின்னாலும் ஒரு சில மூலக் காரணிகள் நடவடிக்கைகளின் மூலம் தடுத்த விட்டால், பிரகாசமான அநேகமயம் ஆபத் தீயலாத தீபாவளிதான் கொண்டாட முடியும்.

இதோ சில புள்ளி:

1 விளையாட்டிலாக உண்டு என்று மூலக் பித்தெரிவாதவிரோதப்பட்டாகத்தை வாங்கக்கூடாது. பிரபலமான பட்டாசு வெடிதனையே வாங்குங்கள்.

2 கூட்டுக் கூட்டில் கணக்கில் (இப்போது

டஜன் கணக்கில்) விற்பதில்லை. ஒரு பெட்டியில் பத்துதான் இருக்கிறது) வாங்குவது நலம். உதிரியாக வாங்க வேண்டாம்.

3 இத்திய வெடி மருத்துச் சட்டத்தின் படி, பட்டாசு தயாரிப்பவர்கள் ஒவ்வொரு கூட்டிலும், அதை வெடிப்பதற்கான சரியான மூலையும், பாதுகாப்பு மூலையும் குறிப்பிட வேண்டியது அவசியம். தயாரிக்கப்பட்ட தேதி, கம்பெனியின் முழு விலாசம், டிரைட் மார்ச் இவைகள் இவ்வாத பெட்டி களை வாங்காதீர்கள்.

4 புரண விளையாட்டில், குதூசல விளையாட்டில் போலித்து பட்டாசுகள், கெட்டிக்காரத் தனமாக ஒரு வேலை செய்வலாம். தெரிந்தவர்கள், தள்ளுபர்கள், அக்கம் பக்கத்து வீட்டுக்காரர்கள் எல்லோரும் கூட்டாகப் பணம், ரொட்டி, கம்பெனிக் கே. சென்று, மொத்தமாய் வாங்கி வந்து பிரித்துக் கொள்ளுங்கள். இதனால் போலித்துக்கு இடம் இல்லா யல் போவதோடு, பணமும் கணிசமாக மிச்சமாகும்.

5 செந்தூக் துணி வகைகள், பாஸ்பெல் டர், கதலாஸ் ஆடைகளுக்கு தெருப்பு என்றால் மிகப் பிரியம். ஒரே நிமிடத் தில் இறுகப் பற்றிக் கொள்ளும். ஆகையால், பருத்தி ஆடைகளையே அணித்து பட்டாசு வெடிவுங்கள். இறுக்கமான ஆடைகளைத் தவிர்த்துத் தொன் தொன்வென்ற கடைகளை அணித்து பாதுகாப்பாக வெடிவுங்கள்.

6 எக்காரணம் கொண்டும் வீட்டி லுள்ள வெடிக்கக் கூடாது. புதை,





தக்கப் பொருட்டகளை, (குறிப்பாக தாசி, கார்பன் மோனாக்சைட், சல்பர் ஆக்சைட்) வெளிவிடுவதனால் கவாசப்பை பாதிக்கப்படும்.

7 ராக்டெட், விமானம் போன்ற தீயிவென்று செம்பி வெடிக்கும் வெடிகளை வாய்க்குழுக் கொஞ்சம் போசிப்பது நயம். ஏனென்றால் விபத்துக்களில் பெரும்பான்மையானவை இவைகளால் விளைவதுதான். அப்படி வெடிக்க தேசிட்டால் விளைவாட்டு மைதானம், மொட்டை மாடி இவைகளில் வைத்து வெடிக்க வேண்டும். குறுகலான சத்துகளிலோ, வாலனி காம்பவுண்டுகளிலோ வெடிப் பதைத் தவிர்த்தல்.

8 முகத்தைத் தாழ் குனிவ வைத்துக் கொண்டு ஒரு பொதுப் பற்ற வைக்கா தீரிகள், முகத்தில் வெடித்துக் கையம் ஏற்படுத்தும், பக்கவாட்டில் நின்று கொண்டு பற்ற வைத்துவிட்டுச் சட்டென்று பிளீன்கு நகர வேண்டும். அப்படி நகரும் பொது வார்

மீதுமிடித்துவிடாமலும் வெடிவைப்ப தற்கு முன்னாலேயே பக்கத்தில் பன்னம், கல், ஆட்கள் இருக்கி னாரிசனா என்னவு, பார்த்துக் கொள்ள வும். அப்பொதுதான் அதற்குத் தகுத் தாற் போல அட்டென்ட் செய்து கொள்ள முடியும்.

9 குழத்தைகளைத் தள்ளிச்செய்க வெடிக்க விடாதீர்கள். கூடவே இருந்து கண்ணிப்பது நல்லது.

10 கூட்ட மனதும், பக்கெட்டுகளில் தள்ளிக்கும் வைத்துக் கொண்டு நயா ராகஇருங்கள். எங்காவது தீயிடித்துக் கொண்டால், தீ அணைப்புப் படைக்கு போன் பன்ன, நம்பகர நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

இந்தப் பத்துக் கட்டளைகளை நினை வில் வைத்துக் கொண்டால் போதும், வரும் தீபாலனி பிரகாசமானதாக அமையும். என் பதில் சந்தேகம் இல்லை.

— வாலிதா.

# Gokulam

October-90

- \* THE POLES — a geography feature.
- \* SHUNASHEPA — a play to read and enact.
- \* GRANDPA'S TALL TALES.....

POEMS, PUZZLES, THINGS TO MAKE AND DO, THE FOUR LIONS.....



96 FUN FILLED PAGES  
FOR JUST Rs. 3/-

BUY YOUR CHILD  
A COPY TODAY!

பல தலைமுறையினரின்  
நம்பிக்கையான குழந்தைகளின்  
வயிற்றுவலி நிவாரணி

# ஓமம்



குழந்தைகளுக்கு வாயுயிர்மூலம் ஏற்படும்  
வயிற்று வலியை போக்கித் தை,  
ஆயுர்வேத, யுனாணி மருத்துவர்கள்,  
மற்றும் அனுபவமிக்க நாய்மார்கள்  
ஓமத்தை பயன்படுத்தி நல்ல பலன்  
கண்டு வந்திருக்கிறார்கள்.

வீரிட்டமூலம் குழந்தையின்  
வாயு தொத்தாவு, வயிற்று  
வலி, வயிற்றுப்பொறுமல்,  
ஆவியவற்றை போக்கும் சிறந்த  
மருத்தான ஓமம், சரியான  
விதத்தில் நியுபானில்  
அடங்கியுள்ளது.

ஓமத்துடன், எதுகுப்பை, ஏலக்  
காய், வசம்பு, கடுக்காய் போன்ற  
சிறந்த மற்ற மூலிகைகளும்  
நியுபானில் தேவையான  
அளவு சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

நியுபான் குழந்தைகள்  
விக்கும்பி சாப்பிடக்கூடியது.  
தொடர்ந்து கொடுக்கலாம்,  
அஜீரணத்தைப் போக்கும்.  
பின் விளைவுகள் ஏதுமில்லை.  
பாதுகாப்பானது.

ஓமம் மற்றும் சிறந்த  
மூலிகைகள் திறைந்தது

## நியுபான்

குழந்தைகளின்  
வயிற்று வலி நிவாரணி



தஞ்சாவூர் - 613 007

பொழுது விட்டடைக் காலி செய்து விட்டுப் புதிதாகப் பிளாட்டுகன் முனைத்த காலனியில் குடி பெயர்த்தோம்.

குடி போன கொஞ்ச நாளிலே என் நங்கைக்கு உடம்பெல்லாம் திட்டு திட்டாக விட்டு... அங்கு... என்று பெயர் சொன்னார்கள். என்ன செய்வது? புது இடம், புதிய மனிதர்கள்... டாக்டர் யார்? காவலில் வாராவது டாக்டர் இருக்கிறார்களா?

"இருக்கிறார். இப்பொழுதுதான் படித்து முடித்த வேடி நாயன் எல்லாம் இருக்கிறார். இருக்கன்.. அழைத்து வருகிறோம்." என்றார் உதவிக்கு வந்த அடுத்த வீட்டுப் பெண் மணி. திருமதி வந்து, "இதோ வருகிறோம்." என்று சொன்னதைக் கேட்டு, ஒடி வான் காவலுறு பெண்ணை - புதிய டாக்டரை எதிர்பார்த்தோம்.

என்ன ஆச்சரிய அதிர்ச்சி. புதிதாக வந்த டாக்டர் நடுத்தர வயதுடன், உயரமாக, சற்றுப் பருமனாக இருந்தார். இவர் இப்பொழுதுதான் படித்து முடித்தாரா?

வந்தவர் அறிமுகம் ஆனார். பெயர் ரெபேகா புகழ்பராணி. 'ராணி, ராணி' என்று அழைக்கப்படுபவராம். சிறிது நேரத்தோடு நங்கைக்குச் சிகிச்சை அளித்து வீட்டு ஆறுதல் வார்த்தை சொல்லிச் சென்றார்.

அடுத்த நாளிலிருந்து டாக்டர் ராணி எங்களுக்குப் பழக்கமானார். தினமும், 'தாலோ' கொல்லி நூறு வார்த்தை, எட்டு வார்த்தை என்று தொடர்ந்து ஒரு நாள், "ஆன்ட்ரூ, நீங்க எப்படி இத்தனை வயசுக்குப் புறம், டாக்டருக்குப் படிச்சீங்க?" என்று கேட்கும் அளவுக்கு அங்குடன் நெருக்கமானோம்.

அவர் சற்று யோசித்தார். முகத்தில் வேரான சொகம், விரகத்திச் சிரிப்பு. அப்பறம் சொன்னார்: "நான் படிச்சது

விடோல் கோட்டா. என்ன அப்படிப் பார்த்தே? விதவைகள் படிக்கிற சலுகையில் தான்மா..." என்று ஆரம்பித்தார்.

"நீங்கள் எங்கள் வீட்டுக்கு ஓரிர பெண். தாலு தம்பிகன். அப்பா, அம்மா என்னவச் செய்கிறாய். ஆனால் அதே மயம் கண்டிப்புடன் வந்தீர்கள்."

பன்னிலிலே படிக்கும் போது, 'இரட்டை வாய்' என்று எனக்குப் பேர், வானிபாது பிரேமயர், பூர்வணிக் மட்டும்தான் பெண் என்ற நிதிப்பாசம். மற்றபடி என் தம்பிக்குத் தரிக் தரிகாய் எல்லாவித ஆட்டமும் பாட்டமும் உண்டு. எனக்கு வேண்டியதை அப்பா உடனே வாங்கித் தருவார். என் பெயருக்கெற்ற மாநில ராணியாகவே வாழ்த்து வந்தேன்.

எங்கள் முடித்து காவலுறு. காவலுறிலேயும் நான் வானிபாது சாம்பியனாகிருந்தேன்.



தேன். முதல் வருஷம் முடித்து இரண்டாவது வருஷம் ஆரம்பமான தேரம், வீட்டில் எனக்குக் கல்வானம் நேர்ந்த தொடங்கி விட்டார்கள்.

ஒரு நாள் தான் காவலுறிலே வானிபாது வினைபாடி வீட்டு விவப்பு பணியன், பெண்ணை கண்டீடோடு வீடு திரும்பினோன். அப்போதெல்லாம் தான் 'ஸ்கிம்' மாய் ஆகாவேலிருப்பினும். (சிரிக்கிறார்) அப்போது எங்கள் சொந்தக்காரர் ஒருவர் என்னைப் பார்த்திருக்கிறார். அவர் என்னைப் பற்றி விசாரித்து வீட்டுக்கு ஆள் அனுப்பி, ராணியைக் கல்வானம் பண்ணித் தருவார்களா என்று கேட்டிருக்கிறார்.

அப்பாவும் அவரைப் பற்றி விசாரித்து நல்ல கலயன், பெண் விட்டாரிடமிருந்து என்னையும் எதிர்பார்க்க மாட்டார். பாரிமலுடி கலயன் கோர்ன படிக்கிறார். துல்ல குடும்பத்துப் கலயன், வசதியானவர்கள் எல்லாம்

2. மீனாட்சி காரை:

வாழ நினைத்தால்





நெரித்து கொண்டு என்னைக் கவராமல் பண்ணிக் கொடுக்கச் செய்தித்தார். தானும் கவனநீர்ப் படிப்பை முடித்தேன்.

கவராமல் பண்ணிக் கொள்ளும் எல்லாப் பெண்களைப் போலவும் தானும் என் வாழ்க்கையைச் சந்தோஷமாகத்தான் தொடங்கினேன். நான் நிறைய நிறைய என் கணவருக்காக விட்டுக் கொடுத்தேன். அதிக் இருந்த இன்பத்தை அறிவத் தொடங்கினேன். அதற்கு நான் விட்டுக் கொடுப்பதென்றால் என்ன என்பதை அறிவாமல் வாழ்ந்தவன், என்னை முடிவாக மாற்றிக் கொள்ள ஐந்து வருடம் போவாதிற்று.

அப்படித்தான். நான் படு கத்தமாக மாறி, என் கணவருக்காக மட்டுமே வாழ்ந்தேன். என் கணவர் ரொம்ப வித்தியாசமானவர். அடிக்கடி, "ரானி, நீ எவ்வாற்றினேயும் நனிக்க நின்று சமாளிக்க வேண்டும்," என்று சொல்வார்.

என் கணவர் என்னை கச்சரன் யூரெலி வில் பழக்க அனுமதித்தார். "பி.எட்." படித்து முடிந்த போதுதான் எங்கள் அருமை பெண் "பிங்கி" பிறந்தாள். திருமணமாகி மூன்று வருஷத்துக்குப்பிறகு இறந்தவன். அவன் அப்பாவுக்கு ரொம்ப உயிர். பெண்ணுக்கும் அபே போல அப்பா என்றால் உயிர். தகப்பன் எவ்விறப்பதில் உயர்வோடு அடிவந்து வேலைநிலையும்கூட உயர்வும்கூட

கடவே மாற்றம் உத்தரவும் வந்தது. என் கணக்கு டெல்லிக்கு மாற்றம்.

"பிங்கி" என் வாழ்க்கையிலே என்னைக்குமே மறக்க முடியாத இடம். டெல்லி போனதும் என் கணக்குப் பெரிய வீடு. வேலைக்கு ஆள் எல்லாம் மிக நன்றாக அமைத்தது. நோட்டம் என்றால் எனக்கு ரொம்பப் பிடிக்கும். அதுவும் ரொம்ப அழகான அந்த வீட்டிலே இருந்தது.

ஒரு பெண்ணுக்கு என்னென்ன நேசனியோ அவற்றுக்கு ஒரு படி ஹெலெய் எனக்குக் கிடைத்தது. அப்பாவி கணவர், அழகான குழந்தை. அமைதியான வீடு, கூடக்கமான வேலைக்காரர்கள். இத் தனக்கு மேல் என்ன வேண்டும்?

கச்சரி யூரெலிவில் படித்து விட்டுச் சம்ஸாதிக்குக் வேண்டாம் என்று வேலைக்குப் போகக் கொங்கி நண்பர்கள் வக்கம் கொடுக்கவே. கச்சராக வேலைக்குப் போனேன்.

குழந்தையும் என் கணக்குப் போக ஆரம்பித்து விட்டான். அவனுக்கு ஐந்து வயது. டெல்லிக்கு வந்த பிறகு கொங்கியே வேண்டாம். ஒரு நாய்ப் மாதக் குளிர

தானியை என் ஊவர்த், "மேலாக நெஞ்சு வளிக்கிற முயிர்க்குக்கு," என்றார்.

அவருக்கு அடுமையின் சிவரெட்டி பிடிக்கிற வழுக்கம். அது எவ்வளவு தப்பு என்று அவருக்குத் தெரியாதா என்று இருந்தாலும், "ஏன் சிவரெட்டி வேண்டாமே," என்று தானும் எவ்வளவோ கெஞ்சிப் பார்த்தேன்; வேட்டை மாட்டார். ஒரு நாளைக்கு மூன்று நாளுக்கு பாக்கெட்டுகள் வந்திருந்தனவார்.

ஆயிரியே அவருக்கு அதிக வேலை. பொறுப்பு, டென்ஷன், மூக்காய்வாசியோடும் ஆயிர வேலைதான். மருத்துவ பார்ட்டிமென்ட்டில் பொறுப்பான ஆயிரன். அதனால் என்னாலே அவரை அதிகம் கண்டாவித்துக் கொண்டிருக்க முடியாது. பார்த்துக் கொண்டிருக்கிற கொஞ்ச நேரத்தில் நல்ல படி சந்திரனாகியிருப்பேன்.

அவருக்கு நெஞ்சு வளிகொஞ்சம் கொஞ்சமாய் அதிகமாகி ஒரு நாள் இன்டென்சிவியோடு மூன்றாண்டுகளையடி வார்த்து, என் வசத்தான கல்வான் வாழ்க் கையிலே, எட்டாவது வருஷத்திலே வருத்த மான மருத்துவ விடுதி வாழ்க்கை ஆரம்ப மார்த்து.

ஒரு டிசம்பர் மாத ஆரம்பத்திலே பீக்கி லீக் ஆரை அப்பா - என் அன்பான ஊவர்த் மருத்துவ விடுதியில் சேர்க்கப் பட்டார். தினம் தினம் ஆரம்பத்திலேயே எக்கன் வரலம். சாத்திரியிலே தூங்கும் போது நிடர் நிடரென்று விழிப்புத் தட்டி எழுந்து எழுந்து பார்ப்போன் திருத்திருக் கென்று படிமார்த்துக்கும், "என் திணைம எத்தப் பெண்ணுக்கும் வரக் கூடாது கூடியோ! என்று நினைப்பேன்.

எப்போது பார்த்தாலும் ஜப்பம் சென்று கொண்டிருப்பேன். "கூடியோ! அவருக்கு லுள்ளும் ஆகக் கூடாது" என்று வேண்டிக் கிடக்கிறேன்.

இப்படி இருந்த போது அந்த ஆண்பத் தி வசத்திலே தான் ஒரு பெரிய உணமை வைத் தெரிந்து கொண்டேன். "டாக்டர் என்பவர் எவ்வளவு பெரிய மனிதர்!"

அவருடைய வார்த்தைக்கான எத்தனையோ பேர் வந்திருப்பதை கண்டால் பார்த்தேன். "பரவாயில்லை... சரியில்லை... ஓட்டிப் போ... கண்டவர்களை..." இப்படி அவர் வாய் வார்த்தையை வைத்துத் தான் அவரவர் நலவெழுத்து திரிசனாதிக்கப்படுவதைப் பார்த்தேன்.

என் மனதிலே முதலிலே கூடவுன். அப்போது தடமாறும் தெய்வம் டாக்டர்தான் என்று முடிவு செய்தேன். டிசம்பர் மாதம் சேர்க்கப்பட்ட என் ஊவர்த் ஊவர்த் மாதம் கைலாசிலே டிசம்பர் ஆதி லீட்டுக்கு வந்தார்.

சில நாட்களில் பீஸ்கும் அதிகமாக நெஞ்சு வளியாகத் தடித்தார். திருப்படியும் ஆரம்பத்திலே வரலம்.

மிக முற்றிப் போன இரண்டு நேரங்களில் அவரை எப்படியாவது வளிக் வரல வைக்க வேண்டும் என்கிறதிலே என்னைப் போலவே எக்கன் குடும்ப லீஸ்பர்க்கு தானே போர் சொல்லப் பாடுபட்டார்கள். துவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு மதம். ஒருத்தர் சிவ், ஒருத்தர் இந்து. ஒருத்தர் முஸ்லிம். இப்படி அவர் நலவெழு வேண்டுமென்று அவரவர் அவரவர் தெய்வத்தை என் ஊவருக்கான வேண்டிக் கொண்டார்கள். அவர்களை என்னாலே மறக்கவே முடியாது அந்த முனிசின் தெரியாத காலில் என் திணைம தெரிந்து முடிந்த உதவி என்னச் செய்தார்கள் அவர்கள்.

அமெரிக்காவில் அவரை அழைத்துக் கொண்டு போய் சிகிச்சை செய்ய ஆணைப் பட்டேன். கூடவே எக்கன் லீஸ்பர்க்கு தானாகக் கொண்டு வந்து, "வேண்டிய பணத்தை நீக்கவே திரப்பி எடுத்துக்கொள் தானி." என்றார்களே, யார் சொல்வார் லீ - என்னக் அழுக்கையெடுத்து விட்டது.

அடுத்த நாள் ஊவர்த் பெண்ணைக் கூட்டி வரச் சொன்னார் அவரை விட்டே வரச் சொல்லிப்பார்த்தார். அவராலே அவருக்கு முதல் நா முடியவில்லை. "தீ என்னக் முதல் நா பாப்பா," என்றார்.



பெண்கள் செங்குப் போது என்னென்ன கற்று, உறுத்தப்படுபு தானித்து. நறுக்கி வரப் போட்டு, வேக வைத்த பீன் நெககைத் தருவதைப் போட்டு இறக்கொன் குரியாக இருந்தாலும் விளரலில் கெட்டுப் போது. ஆனால் என்னென்ன கற்று தானிக்கும் போது தருவிய நெககையைப் போட்டுக் கிவக்க வந்தவிட்டு நறுக்கி வைத்திருக்கும் கணைக் கெட்டிக் கிவத் வேக வைத் திக் கணையாவும் திக் நெக கெட்டி வரும் இருக்கும்.

— இரண்டாவது செங்கு.

மால்டோவா அன்னையர் வெற்றிக்  
குழந்தைகள் வளர்ந்திட உதவுகின்றனர்.



மேலேயே விரைவாகவே,  
எல்லாகூற்றிலும் வேகம்  
உதவுவது உங்கள் குழந்தை,  
உங்கள் அன்பு, உங்கள்  
அரவணக்கம், அக்கறையுடன்  
தீவனம் வழங்கி தரும்  
மால்டோவா. மால்டோ,  
புத்தகம் போல் திறந்து,  
மேலேயே, உங்களை ஆயிரம்  
கிணற்றை நம்புகிறது.  
உங்கள் குழந்தைக்கு  
தேவையான தீவனம், உதவு.  
ஆற்றல் அளித்ததற்கு  
தாராளம்.



**MALTOVA**





சாதாரண தோரை?

நிர்லெப் தோரை!



வாசுகன், பெங்களூர்  
நமக்குள் இந்த  
இரக சிப்தத்தைப் பயிற்று  
கொள்வோம். கஷ்டம்  
தலைவழி, அடிப்பிடித்தலையும்,  
திரு விளையுங்கூட  
கொழுப்பதும்  
கொவந்தாளாயும் ஏற்படுத்தும்  
என்னெனைய உபயோகிப்பதையும்  
திருத்தங்கள். என்னைப் போல்,  
கனம்மாள், கொதுகொது தெய்வானைய  
திர்லெபில் கற்று. அனுபவிக்க  
திர்லெப் கொள்கியதும்.

அதே அளவு பெங்களூர்  
கனம்மாவில் திர்லெபில் அறிவு அளவு  
தெய்வியப் பெண்கள், கஷ்டம் ஒட்டும்  
தெய்விய இயல்பு.

அதே திர்லெபில் அன்றாட  
செயலையும் மிக எளிதைய அமைத்த  
திருத்த போதகர்கள் கனம்மாவில்  
அறிவியலியுள் : சாத்தங்கள்  
விளையுங்கூட, கழுவலும் எளிது.  
இருபது ஆண்டுகளுக்கு மேலாக  
கனம்மாள் தோழியாய் விளங்குவது.

அதன்கூறல் எங்கள் குடும்பம்  
திர்லெப் குடும்பம். உங்கள் குடும்பம்?  
திர்லெப்பெனில், கனம்மாவில்  
திர்லெப்பெனில்.

**NIRLEP**

கொள்கியுள்ள சமையல் சாத்தங்கள்.



அவரோம் திணை முத்தம் தந்தான். நான் எப்படியே இது போல அப்பாவும் பெண் ணும் அடிமைக ளைப்பெனப்படுத்தும னோது, "போதும் போதும் தானாகத் திச்சம் வைக்கக்குங்க," என்று சொல்வேன். அன்றும் அப்படிச் சொல்ல வாயெடுத்த என்னை என் கணவரி னைக்கவால் தடுத்தார், என் என்கிறது அடுத்த நாள்தான் தெரிந்தது.

முடிந்த முத்தம் கொடுத்து முடிந்ததும் "பிங்கி" நீ பெரிசெனாளானாம் "காந்தியா லிங்கி" ஆகியும்," என்று சொன்னார். "சரி" என்று தகையாட்டினான் பிங்கி.

அடுத்த நான் முடி ராத்திரி ஊரே அமைதி யாகிருக்கும் நேரத்தில் எங்கள் விட்டுக்காரர் இருக்க அளறியிலே சொம்பப் பரபரப்பாய் இருந்தது அவருக்கு மூச்சு வீடுவது சொம்பக் கண்டியாயிருந்தது. எல்லா ராகட்டி ளையும் சேர்ந்து முடித்தவரை முயற்சி பண்ணி மாரர்கள், ஆளால் கூ வுள், அவர் களைரப் பிரித்து விட்டார்.

எனது இனிமையான என் பே. முக்காய் வகுந் தாம்பத்ய வாழ்க்கை அந்த சிப்பரவரி மாதம் 15 ஆம் தேதி முடிந்து விட்டது. என் வாழ்க்கையிலே இனிமேல் எதுவுமேயில்லை பென்று திணைத்தேன். (கண் களில் கரகர வென்று, கண்ணீர்)

சென்னை திரும்பிவேன். யாருடன் உயிரும் உடலுமாய் செல்கிக்குப் போனேனோ, அவரை உயிரில்லாத உடலாய்ச் சென்னைக்குக் கொண்டு வந்தேன். எல்லாமே முடிந்து போயிற்று என்று திணைத்தேன்.

எங்கா விட்டிலே அவர் படத்தை மாட்டி, பூப்போட்டுத் திளையும் தும்பிட்டு வந்தேன். ஒரு மாதம் கடந்தது. அப்போது என் ஒன்று விட்ட அக்காயின் மாமிமார் என்னைப் பார்த்து, "ராணி, நீ துல்லாய் படிச்சவ, நீ என் இது போல திணைத் பூப் போட்டு அவரைக் கும்பிட்டுக்கிட்டு மூலையிலே உட்கார்த்துக்கிட்டிருக்கே? எழுந்திரு. நீ பண்ண வேண்டியது திணை இருக்கு. இப்படி உட்கார வேண்டாம்," என்று எழுப்பினார்கள்.

அவர்கள் என்னை அந்த அதனை விரிப்பி ம் கும்பிமுத்து நிற்க வைக்கணியலை; இந்தச் சமுதாயத்திலேயே ஒரு குறிப்பிட்ட துறார் நிற்க வைத்தார்கள். ராணி, நீ டாக்டராகப் போறே. உன் புருஷன் உன் பெண்ணை டாக்டராகக்கூடியிருந்து கடைசி ஆணையாய்ச் சொன்னான். அதுக்கு முதுங் படியாய் நீ டாக்டராதி, அப்புறம் அவரை டாக்டராக்கு, டாக்டருங்கிறவா எங்காவது முக்கியமானவர் என்று உனக்கு நான் சொல்ல வேண்டியதில்லை. நீ டாக்டருக்குப் படிக்க விட்டிரேனான் உன் தம்பியோடுத் தான் விட்டு இப்போது வாங்கிட்டு வரக் கொல்லு," என்று ஊக்கம் தந்தார்.

பிங்கட் மொறு மொறுவென்று இருந் தான்தான் சாம்பிடவே பிடிக்கிறது. நழுத்து விட்டாலோ அதைச் சாம்பிடப் பிடிப்பதில்லை. நழுத்த பிங்கட் மொறு மொறுப்பாக இதோ ஓர் வறி. அருப்பில் தொனாக் கல்லைப் போட்டுச் சூடு ஏறிய பிறகு எவ்வாயில்லட்டுகையையும் தொனாக் கல் பூராய்க் பரப்பி வைக்கவும், பிறகு அதைச் சுத்தி 3 ம்பூக் தெய் விட வும், அதைத் திருப்பிப் போட்டு அருப்பை அமைத்து விடவும், சூடு ஆறிய பிறகு சாம்பிட்டுப் பாருங்கள். தெய்வானை அடித்துக் கொண்டு, இருக்கும் குழத்தை உன் முதல், பெரியவர் வரை நின்று நிர்த்தவிரையர்கள். பிறகு இருந்தால் உப்பா விட வைத்துக் காத்தும் புகாமல் முடிவிட வும்.

— வீரா.



இருட்டுக் குளகையிருந்து வெளிச்சத் துக்கு வந்தேன். என் கணவரி இந்தத் தாலாவது மாதம், ஐந்து மாதம் நான் எம்.பி.பி.எஸ். விடோஸ் தேரட்டாவிலே என்ட்ரான்ஸ் எக்ஸாம் எழுதி சேர்ந்தேன். என் பட்டப் படிப்பு அந்த நேரத்திலே எனக்கு தவறியிருந்தது.

அப்புறம் ஐந்து வருடப் படிப்பைக் ஊடப்பட்டுப் படித்தேன். இப்போது தொனாக் கலின் கடைசி மாதப் படித்தி லிலே இருக்கிறேன். என் பெற்றோர், என் அருமை தம்பிகள், அவர்கள் மன்னவிகள் எல்லோரும் எனக்குக் கண்களில்லா உதவி கள் செய்தார்கள்.

இப்போது இந்தச் சமுதாயத்திலே நான் பிடுக்குத் தவறியாள் என்னைப் போலத் தவித்தவர்களுக்கு ஆதரவாய் என்னாலே இருக்க முடியும். இப்போது நான் வெறும் ராணியில்லை; டாக்டர் ராணி.

என்னைப் போன்ற இளம் விதவைகள் மூலையிலேயே முடங்காமல், அவரவர் தகுதிக்கேற்பத் தனித்து வாழ்த்து காட்ட வேண்டும். அதுதான் என் ஆசை. அதற்கு அவரவர் விட்டுப் பெரியவர்களும் முன்வர வேண்டும்."

— எஸ். சித்தரா.

# இன்றே விளையாட்டும் பருவம்.

ஆனால் வேகமாக  
வளரும் இவனின்  
வருங்காலத்திற்கு  
நீங்கள் தயாரா?

இன்றே துவங்குங்கள்,  
வருங்காலத்தை வளமாக்கும் நிதி  
ஸ்ரீராம் ஸ்ரீநிதி.

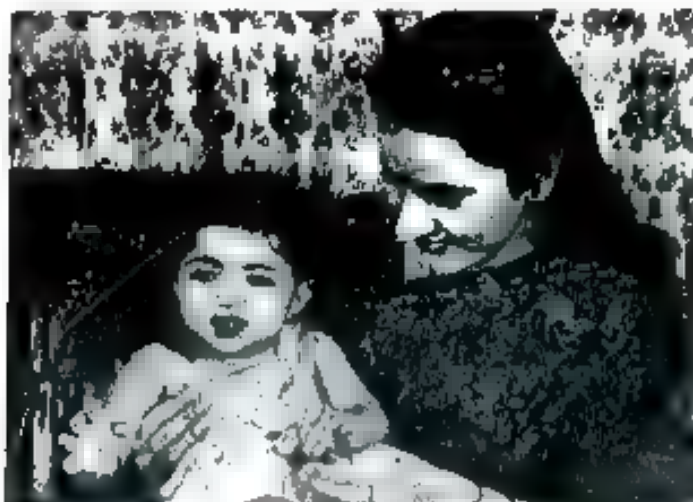
இன்றைய விளையாட்டும்  
சேமிக்கலும் வெகுநாளாகியிருக்கின்றன.  
பத்து வயது பையனுக்கோ பையலட்டாக  
ஆசை. அவனது ஆசை திறைவேற.  
வெறும் ஆசையும், உங்கள் ஆசியும்  
போதாது. இன்னும் 5 ஆண்டுகளிலோ  
கல்லூரி செலும் நேரம் வரும்.

கல்லூரிக் கட்டணம், உடை,  
மேற்படிப்பு, வாகனம்,  
இப்படிச் செலவுகள் பல.  
நினைக்கவே வியக்க  
வைக்கிறது. அன்றையத்  
தேவையை நிவர்த்தி செய்ய  
இன்றே தயாராகுங்கள்.  
அவனின் வருங்காலத்தை  
வளமாக்கும் ஒரே நிதி —  
ஸ்ரீராம் ஸ்ரீநிதி.



வளரும் செல்வத்தின்  
வருங்காலச் செல்வம்.





விளக்கும் உங்கள் குழந்தையின்  
வருங்காலத் தேவைகளை, ஒவ்வொரு  
அட்டத்திலும் நிவர்த்தி செய்ய, சிறந்த  
நிதி ஸ்ரீராம் ஸ்ரீநிதி. மேலும்  
விவரமறிய கீழ்க்கண்ட அப்பனை  
பூர்த்தி செய்து அனுப்புங்கள்.



# ஸ்ரீராம்

## நிறுவனங்கள்

தலைமை அலுவலகம்:

ஸ்ரீராம் ஸ்ரீநிதி,

10, கஸ்தூரி எம்.பேட்ட,

கொடை-600 086. போன்: 434803/432113

ஸ்ரீராம் ஸ்ரீநிதி பற்றி மேலும் விவரம் அனுப்புங்கள்.

பெயர்: .....

முகவரி: .....

.....

கையொப்பம்: .....



**All India Deposit  
Mobilisation  
Campaign  
till 31-7-80.**

This is in continuation to the Sundry Advertisement which appeared in Indian Express on 17.80

# ஆ

## சிரிப்பின்

## முடிவில்

அவர்களுக்கு, சரீரென்று கழன்று கழன்று புடைசுவை ராட்டினும் போல ஆதி உப்பென்று உட்கார்த்து கொள்ள வேண்டும் போல இருந்தது. ஒரு குதிரையின் மீது அவள் ஏறிக் கொள்ள, அந்த வெண்புரவி தன் பிடரியில் கால் பட வேகமாக ஓட, தன் கீழே நித்பவர்களைப் பார்த்து ஆனவச் சிரிப்பு சிரிக்க வேண்டும் போல இருந்தது.

ஆனால், இதெல்லாம் அவளால் செய்ய முடியாததால் குளிர்த்த தீரை இரண்டு மைகளிலும் அள்ளி முகத்தில் அடித்துக் கொண்டாள். கழுத்திலிருந்து தோள் வழியே ஜாக் கொண்ட நனைத்துக் கொண்டு மைகளில் தண்ணீர் இறங்க, முகம் முழுவதும் சிரிப்புடன் உள்பேறு நுழைந்தாள் போ.

அதற்குள் பால்சுர், விஷயத்தைத் தன் அம்மாவிடம் சொல்லி விட்டிருந்தான்.

வேதத்திற்கும் முகமெல்லாம் சிரிப்பு.



"அம்மாடி... எனக்காக இவ்வாட்டாளும் உனக்காகவாவது இந்தத் தடவை இப்படி இருக்கணும்னு அந்த திருச்சி தாலுமாவ வண்ணத் தாண்மம்மா நினைச்சேன்...! எப்பவும் உண்டாகறதும், பொண்ணுன்னு தெரிஞ்சு ஆண்பத்திரிக்கு ஓடறதும்...

மேலே மாமிவார பேச ஆரம்பிப்பதற்குள் முகத்தைத் துடைத்துக் கொண்டும் சாக்லிவ் சட்டென்று தன் அதைக்குள் மூழ்த்து கொண்டாள் கீதா.

"சரிவாண தொணப்பல் கேம்" மனத் திற்குள் நினைத்துக் கொண்டே, முகத்திற்

தும் பவுடர் போட்டுக் கொண்டு, கண்ணாடிக் கண்ணாடி நன் சற்றே மேடான வலினை வாஞ்சையுடன் தடவிக் கொண்டாள். "உனக்காகத்தான் சூட்டிப்பவா காத்நிடுக் கிறேன்..."

முதலில் அவளுக்கு ஆர்த்தி.. "தலைச் சன்... பெண்ணாகப் பிறந்தது அதிர்ஷ்டம்.. போ!" வீட்டின் பெரியவர்கள் அவனைக் கொண்டாடவே, கீதாவிற்கும் ஏமாற்றம் ஒன்றுமில்லைய.

ஆர்த்திக்குப் பிறகு ஓரண்டு வருடங் களில் மறுபடியும் உண்டாக, அவருடைய தோழியின் வினிவிக்கில் 'கேகேம்' செய்து கொண்டாள். இதுவும் பெண்..

"பரவாலில்லவீது... அடுத்தது அப்பனார் பிறக்கும். வேண்டாமனு சொல்லாதே" என்று அவன் அம்மாவும்.

"ஆர்த்திக்குத் தோழைமலர் பொண்ணு பொறத்தா தரிவதுதானே. அடுத்தது வேணா அப்பனா இருக்கட்டும். அதெல்லாம், உண்டான உரிசு கொடுத்து மாபாவம்.." என்று வேதமும் எவ்வளவோ எடுத்துச் சொன்னா லும்...

"நா மாட்டேன். எனக்கு வண்டாம். என்னால் பொண்ணை வளர்த்து, பெரி சாக்கிக் கல்லாணம் பண்ணி... முடியலே முடியாது" என்று அழுது ஆகாத்வும் பண்ணி மறுதானே பிடிவாதமாகப் போல் களைத்துக் கொண்டு வந்தாள்.

எவ்வளவோ சமர்த்தாக இருத்தும் கூட, அடுத்து வந்த மூன்றாம் வருடம் உண்டாவி விட மறுபடியும் இதை கூத்து.

"வேண்டாமனு சொல்லுடா பா.. ஒவ் வொரு தடவையும் என் வயத்தப் பிச்சையற துடா! என்னைக் கொல்றேனா! கொல்றே னானனு கத்திச் கத்தி குழந்தைகள் தின்று கேக்கறாப்பல கனவுல வருதுடா" வேதம் பாள்கரிடம் மன்றாட..

"அம்மாக்கு என்ன தெரியும். பழங்கால மனுஷிட.. பொண்ணைப் பெத்து, தகை தட்டு பண்ணி.. என்னால முடியாது.. உன்னா விரதம் இருத்து, மூஞ்சியைத் தூக்கி வைத்துக் கொண்டு தன்னால் முடிந்த தகராறுகளை செய்து, ஐந்து வயது குழந்தை ஆர்த்தியைச் சுரணயில்லாமல் ஆங்காரப்பட்டு அடித்து, பிடிவாதமாக இந்த மூன்றையும் தன் வலினை கத்தப் படுத்திக் கொண்டு வந்தாள் கீதா.

ஆயிற்று, இது மூன்றாம் முறை. அவர்கள் ஊடுகள் டெஸ்ட்டிற்கு புறப்படும் போதே வேதத்திற்கு "நீக்" கென்றது. போக வேண்டாம் என்று சொல்லவும் முடியாமல், இந்த மூன்றையும் பெண்ணாக இருந்தால்... துபா



லகஷ்மி நடராஜன்



மாபாவம் வகுமே என்று மெல்லவும் முடிவாமல் அப்பனை நீவே கதி' என்று கடவுளின் மீது பழினைப் போட்டு விட்டிருந்தான் வேதம்.

அவளின் வேண்டுகூல் தான் பவித்ததோ, இல்லை தோவின் அதிர்ஷ்டமோ இந்த முறை உகேனில் ரிபோர்ட் ஆன் குழந்தை' என்று வந்துவிட அந்த வீடு எப்போதும் சிரிப்பும் சும்மாளுமூக ஆயிற்று.

தோவிற்கு நினைத்தது சாதிக்கப் போகும் பெருமை, மகிழ்ச்சி.

மாதங்கள் உருண்டோட, ஏற்கெனவே நல்ல உயரமும், வானிப்புமான தோ, தாய் கையின் மெருகும் கூடிவிட, தளதளவென இருந்தான். மாதா மாதம் மருத்துவரின் கைசரிப்பும் கூட, நாட்கள் டறத்தன்.

அன்று காலைவிரிசுந்தே தோவிற்குச் சொர்வாக இருந்தது. ஆயாசமாக இருந்தது.

"டாக்டர் கிட்டே வேணா போயிட்டு வரயா?" என்று கேட்ட பால்கருக்கு.

"வேண்டாம், வேண்டாம் இப்பத்தானே நானா முன்னாடி நானும். அப்பாவுமே போயிட்டு வந்தோம்" என்று கூறிவிட்டு, சூடாகசரிப்பிட்டுவிட்டு ஒரு குக்கம்போட்டு எழுந்தால் சரியாகி விடும் என்ற நினைப்பை பொய்வாக்கும் வகையில் வேகான வலி எழுந்தது.

வேதம், தன் கை வைத்தியமான கணாலும் வைத்துக் கொடுத்தும், வெந்தீர் ஒத்தடம் கொடுத்துப் வலி நிர்காமல் போகவே, உடனடியாக டாக்டரைப் பார்க்க போனார் கன்.

"என்ன ஆச்சு. இன்னும் ஒரு மாதம் டயம் இருக்கே, சரியா.. வர.. பார்க்கலாம்." பேசியபடியே, தோவைப் பரிசோதித்த

டாக்டர் விஜயா, சட்டென முகம் மாறி போனவனாகல், மறுபடியும் மறுபடியும் தோவின் வயிற்றின் மீது பரிசோதனை புனைல வைத்து காதுகளை வைத்து கேட்ட ஆரம்பித்தான்..

வெளியே வந்து வேதத்திடம், மறுபடியும் ஒரு ஸ்கேன் எடுத்துடலாம்" என்று கூறிவிட்டு, காலிங்பெல்லை அழுத்தி ஒரு தர்ஸை அளமுத்து, உடனடியாக தோவை ஸ்கேனில் பகுதிக்கு அளமுத்துச் செல்ல கூறியதோடு, தானும் ஓடினான்..

பின் நடத்தலைவகளை, ஒன்றும் புரியாமல் வேதம் மலங்க மலங்க பார்த்துக் கொண்டு உடனார்ந்து இருக்க, நர்ஸ்கள் வேகமாக அங்கும் இங்கும் பறந்தார்கள்.

அதற்குள் டாக்டரே போன் பேசி பாஸ்கரும் வந்து விட,

யாரி வந்து என்ன?

கயிற்றுக்குள் நுழைந்தபிறகு.. இல்லை, டாக்டருக்கே தான் முடியாத சோகம். பெரிய டாக்டர் "இது எப்படி ஆச்சு? தெரிசரியாக தெரிவவில்லையோ" என ஐயம் எழுப்ப.. "முந்தின் வாரம் செக்கப்பிற்ற வந்த போது நன்றாக இருந்தானே. இப் போது எப்படி இப்படி ஆயிற்று?" என ஸ்தம்பித்து டாக்டர் திசைக்க...

"வேண்டாம், வேண்டாம் என்று எங்களை அழித்தாயில்லையா..? இப் போது உன்னை வேண்டாம் என்று நான் சொல்லிவிட்டேன்!" என்று அந்த முழு உருவமான ஆன் குழந்தை சொல்வது போல இருந்தது வேதத்திற்கு. கண்ணி வறிய, நினைவின்லி தோண்டி எறித்த கொடி போல, கனர பகுதிக்குத் தோவைப் பார்த்துக் கொண்டே நின்றான்.



ஓம்பப்பொடி செய்ய மாவு சேகர்த்தேன், ஓம்பப்பொடி தட்டில் விழவே இல்லை, (ஓமத்தை அரைத்துப் போட்டும்) அவலாரிடம் கேட்க சங்கடம், சடாரென்று ஒரு நல்ல ஐடியா தோன்றியது. பிஸ்டரின் மேல் பாகத்தில் உன்னே தட்டு (நீனத்தன்னுன்னது) என்னை உபயோகப்படுத்தமாட்டாயா என்று கேட்பது போல் இருந்தது. எடுத்தேன், டட்டரின் உதவியோடு, தந்தேதியிடத்தில் அதன் மேல் தண்ணீர் தீக்கி, தட்டு போல் ஆக்க சத்தியலால் இரண்டு தட்டு தட்டி, இறக்கினேன் தேன்குழல் படியில். அதற்கென செய்து போல் கரெக்டாக இருந்தது. பிறித்தேன் அருமைவான் ஓம்பப்பொடியை, தக்க சமயத்தில் மூளை நன்றாக வேலை செய்து உபயோகிக்கலாது கிடந்த பொருளை உபயோகித்ததற்காகவும், தனக்குப் பிடித்த ஓம்பப்பொடி கிடைத்ததற்காகவும் என்னைப் பாராட்டினார் என் கணவர்.

வார்த்தைகள் வெட்டும் வர்ணித்த... கண்களே போதும்.  
**ஐ.பெ.கே.எஸ்**  
 தாஜல் சுப்ரீம்

**ஐ.எ.டீ.கே.எஸ்**  
**காஜல் சப்ரீம்**

கவிதை பாடும் கருவியாக  
யானதை சொன்னால் சொன்னால்  
கவிதை அந்த தனித்தனத்த  
உணர்வுகள் இப்படியும்.



**அரவிந்த் லாபரடீஸ்.**  
சென்னை 600 033

தமிழகம் - 50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக உலகம் சம்பந்தமாகிய அகத்தான சினமம்





## அனுபவ பசடம்:

விததாரைக் கொன்னைப் பிடிப்பு உடையவன். குறிப்பாகத் திருமணத்துக்கு முன் அவன் மேற்கொண்டிருந்த குறிக் கொள்கள் அவனுடைய விருப்பம் போய்விடுவதேயுள்ளது.

\* தான் மணத்து கொள்ளப் போகும் பெண்ணின் விட்டியிருந்து சீர், செவத்தி என்று எவதும்பெயர் கொரக் கூடாது.

\* பெண் பார்த்தும் சம்பவம் என்பது பெண்ணுக்குத் தன்னைப் பிடித்திருக்கிறதா என்று அறிந்து கொள்ளும்படிச் சீர் தானே தவிர பத்தி - கொஞ்சி சாப் பிட்டுவிட்டுத் தட்டிக் கூறிக்கும் பொழுது போக்கு அவள்.

\* பெண் பார்த்து என்று போய், பாணத் தன்னை மணவியாகப் போகிறவன் என்று அறிமுகப்படுத்தி வைக்கிறார்களோ, அவனைத் தன் மனைவி, ஆகவே அதற்கு முன்னாலேயே தம் குடும்பத்திற்கு

அவன் சேர்ப்பட்டு வருவானா, அவர்களுடைய தடைமுறை தம் குடும்பத்து தடைமுறையை அனுசரிக்குமா, அவன் தன் மகனுக்கு ஏற்றவன் தானா என்பதை வெல்லாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டியது பெற்றோர்களின் பொறுப்பு. அவர்கள் தீர்மானிக்கும் பெண்ணைப் போய்ப் 'பார்க்க' அவன் தயார். ஆனால் அவன் தான் அவன் மனைவி.

\* மணவியாகப் போகிறவன் வேலைக்குப் போகக்கூடாது. அப்படி ஏதெனும் பார்த்துக் கொண்டிருந்தால், திருமணத்திற்குப் பிறகு விட்டுவிட வேண்டும். தன் கணவன் சம்பாத்திவந்தியெய் தன் குடும்பத்தை நிர்வகிக்கக் கூடியவனாக இருக்க வேண்டும். வசதிகளுக்கு ஆளப்பட்டு இப் போதைய மனநிலையெ இழக்க அவன் தயாராக இல்லை.

\* பெற்றோர் திச்செய்க்கும் திருமணம் ஆனால் அந்தப் பெண்ணுக்குப் புகுந்த



விட்டைப் பற்றிய, அங்குள்ள தபர்கள் பற்றிய முழு விவரங்களை அவன் அறிந்திருக்க மாட்டான். கமார் இருபத்திரண்டு வகுடங்கள் ஒரே மாதிரியான குழலில் வளர்ந்தவனுக்குத் தன்னை உடனடியாக, முற்றிலுமாக புது இடத்தின் சூழ்நிலைக்கும் புது மனிதர்களின் மனப் போக்குக்கும் ஏற்றவகையில் மாற்றிக் கொள்வது என்பது அவ்வளவு எளிதல்ல. ஆகவே அவனுடைய உணர்வுகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்தது. தியாயமான கோப தாபங்களை அணுகித்துச் சொல்வத் தன் வீட்டினர் தயாராக இருக்க வேண்டும்.

அவன் விருப்பப்படியே திருமணமும் எனினாக, அதிக செலவின்றி தடைபெற்றது. நாளைத்து மாதங்கள் வாழ்க்கை கமராக ஓடியது.

ஒரு நாள் மாலை அவன் அலுவலகத்திலிருந்து வீடு திரும்பியபோது வீட்டுக்குப் பின்னரில் ஏரோ மர்மம் இருப்பதை உணர்ந்தான். மனைவி முகத்தில் வாட்டம். அனைப்பார்த்துமே மனை ஓடித்து போய்விட்டது அவனுக்கு. புது உறவில் ஏற்பட்ட பிரணைப் புக காரணமாகவே அவன் மனைவருத்தம் அவனை நோக்கச் செய்ததே தவிர. அதே சமயம் அவன் தாயின் முகம் அனாதை வாட்டம். முற்றிருந்ததை கவனிக்கவேயில்லை.

அன்றைய சம்பவத்தை மனைவி, இரவு சாப்பாட்டுக்குப் பிறகு விவரித்தாள். ஏதேனும் சிறு குத்து வேற்றுமை இருந்திருக்கலாம் என்றும் அதனைத் தானே விசாரித்து விவாதிப்பது நாகரிகமாக இருக்காது என்பதால் அவன் எதையுமே கேட்டுக்கொள்ளவே யில்லை.

மூன்றே பேர் உள்ள அந்த மிகச் சிறு குடும்பத்தில் மெல்ல புயல் தலைவை நீட்டிப் பார்த்தது.

மனைவி சொன்ன புகாரில் அவனுடைய மாயியார்தான் குற்றவாளி. வரதராஜனுக்கு மிகவும் வேதனைவாகப் போய்விட்டது. 'பிறந்தது முதல்கமார் இருபதுவகுடங்களாக ஒரே சூழ்நிலையில் வாழ்ந்தவனாகப் பிறர் என்று தன்னை எப்படி முற்றிலும் மாற்றிக் கொள்ள முடியும்? இது ஏன் அம்மாவுக்குத் தெரியவில்லை?' என்று யோசிக்க ஆரம்பித்தான். திருமணமானதும் தனிக்கிழைத்ததும் போய்விட்டதால் மாயியார் தொத்தரவு அம்மாவுக்கு இருந்ததில்லை. அதனால் அவர் கத்திரமாக இருக்க முடிந்தது. அந்த நிலையில் தன் மருமகனை எலத்துப் பார்த்த ஏன் அம்மாவுக்குத் தோன்றவில்லை?

யோசிக்க யோசிக்க அவனுக்குக் கோபம் தான் அதிகமாயிற்று. நேரே தன் தாயிடம் பேசினான். "ஏன் இப்படியெல்லாம் அதா கரிகமாய் நடத்து கொள்கிறாய்? என் கொள்கை உனக்குத் தெரியாதா? புதுப் பெண் தம்பிட்டுக்கு வந்து நம்மசூழ்நிலைக்கு அனுசரிச்சுப் போகக் கொஞ்சகாலம் ஆகும்.

## புதியவை அதிமுகம்



'வேகா' - புதியதாக மார்க்கெட்டிங் வந்திருக்கும் நிரவ லீனார். பாதிரத்தின் குத்து வீடு வரை எதையும் கத்தமாகி, பனிசிடச் செய்யும் எல்லிதர்கள் இதன் தயாரிப்பாளர்கள்.

அது வரைக்கும் நாமதான் அவனை அனு சரிச்சிட்டுப் போகணும்னு தான் சொல்லி விடுக்கேனா இல்லையா? என்று மட்ட வென்று கேட்டான்.

மனனுடைய குரலில் இருந்த கடுமை அந்தத் தாயைத் திடுக்கிடச் செய்தது. தன் மருமகனுக்கெதிரில் அவன் தன்னை அவமானப்படுத்துவது போல கேட்டதும் அவரை மிகவும் நிலை குளைய வைத்தது. அது போன்ற கடுஞ் சொல்லை அவர் தன் மகனிடமிருந்து பெற்றவரே இல்லை.

அந்தத் திடீர் அதிர்ச்சியில், உடனே, மகன், மனைவியின் மோகத்தில் முழுவிலிட்ட நாகக் கற்பனை செய்து கொண்டார். தான் எப்படி வாதிட்டாலும், தன்னிலை விளக்கம் கொடுத்தாலும் அவன் ஏற்கப் போவ தில்லை என்று தீர்மானித்து விட்டார். இனி மனனுடைய ஆதரவு தனக்குக் கிடைக்கவே போவதில்லை என்றும் கனக்குப் போட் டான்.

"நான் சொல்வதுக்கு என்னடாப்பா இருக்கு? இனிமே என் பேச்சு ஒங்கிட்ட எடுபடுமா?" என்று வீட்டுத்தெரியாகத்தான் பதிலளித்தாரே தவிர, உண்மையில் நடத்தது என்ன, மருமகன் என்ன பேசினான், தான் என்ன பேசினான் என்று வினக்கமாக எழுத் துரைக்க அவர் விரும்பவே இல்லை.

இது வரதராஜனுக்கு எரிச்சலூட்டியது; அவன் மனைவிக்கு மகிழ்ச்சியூட்டியது.

நினைவிருக்கட்டும், வைட்டமின்  
மற்றும் மினரல் பற்றாக்குறையால் உங்கள்  
குழந்தை அவதிப்படாமலிருக்க,  
ஊட்டச்சத்துமிக்க சமநிலை உணவு தேவை.

“ஆகவேதான் என் குழந்தைக்கு  
செரிலாக் தருகிறேன்.”

உங்களுக்கும் தெரியுமா, சைக்கிள் உடன் ஊட்டமிக்மையும்,  
மினரல்களும் ஊட்டச்சத்துகளும் உதிர்வு தோஷமிருந்து பாதுகாப்பு  
பொருள்களும் பற்றாக்குறையிலிருந்து குழந்தை அவதிப்படாமலிருக்க  
இது வரை செல்கிறது.

உங்கள் டாக்டரைச் செலுத்தும். இந்த ஊட்டமிக்மையும்  
மினரல்களையும் பொருள்களும் சத்தான சைக்கிள் உடன்  
உணவில் குறைவு பெறுவதால் சிறந்த ஸ்தலம். அந்த  
உணவில், புரோட்டீன், கால்சியம், ரிபோஃபேன், டைட்டேன், கொழுப்பு,  
இரும்பு மற்றும் கைசின் சத்துகளும் சரியான விகிதத்தில்  
இருக்கவேண்டும். ஒவ்வொரு வேளை உணவிலும், ஒவ்வொரு  
நாளும்!

அந்தவரை உணவுகள் குறைவான இதை என்ன சத்துக்களையும்  
தருவது பெருங்காலமாக நம்மவர்களுக்கு அறிதான்.

இந்தளவு தான்!

செரிலாக் குழந்தைகளுக்கு தாங்கு வரதல் குறைவு பெறும் பாக்  
உணவு மட்டும் போதுமா? ஆகவே அப்போது குறை  
தாக்கப்படுமா, ஊட்டச்சத்துக்களால் சைக்கிள் செலவு தீர்  
உணவுகள் செரிலாக்.

செரிலாக் ஏ, பி, சி, டி கால்சியம் மற்றும் எ ஊட்டமிக்  
மையும் செரிலாக் ஊட்டமிக்மையும், வேறும். இதில் புரோட்டீன்,  
கால்சியம், ரிபோஃபேன், டைட்டேன், கொழுப்பு, இரும்பு மற்றும் கைசின்  
சத்துகளும் உட்கரை-அமைக்கும் சரியான விகிதத்தில்,  
குழந்தைகள் பிடிவது கிரமும் கைவரும்!

ஆகவே பொருள்களும் சத்துகளும் சைக்கிள் செலவு  
செரிலாக் அமைத்ததை உட்கரை குழந்தைக்கு அறிந்த  
குறைவாகும். குழந்தைக்கு உணவு ஆகலும் கிட-ஆயின்,  
கிட-ஆயின், மற்றும் கிட-பெரூட்டின் ஆகியவற்றில் உதிர்வு  
அமைக்கவரை அறிந்ததை.

பெய்தல் பிதான் கிதிருகிறதாய் விடப்படுமா?

இவ்வாறு செரிலாக் பெய் மேல் பிதான்

பிதான்: செரிலாக், பெய் மேல் பிதான் -51, 44 தலை-117999

செரிலாக் ஒரு தரமான தானியம்



உங்கள் குழந்தைக்கு அளியுங்கள் செரிலாக்.





Marie's .. உணவானந்தம் விநியோகம் தயாரிப்பு உற்பத்தி



இந்தச் சிறு சம்பவத்தின் தொடர்ச்சி வாக, நானுக்கு தான் பல்வேறு சம்பவங்கள், பெரிதாகிக் கொண்டதான் போயிற்றே தவிர, கொஞ்சம் கூடக் குறைவாகவில்லை. அவனுக்கும் மனைவி வழிவாகத்தான் விவரங்கள் வந்தன என்பதால் அவன் செல்வநெ திவாயம் என்றே அவனுக்குப் பட்டது.

ஒரு தான் உடல்நிலை சரியில்லை என்று அறியலாக நேரம் முடியுமுன்பாகவே வீட்டிற்கு வந்துவிட்டான் வரதாராஜன். வீட்டிற்குள் காப் வைத்த போது மனைவி காரகாரமாகப் பேசிக் கொண்டிருப்பது கேட்டது: "தீங்க கொஞ்சமாவது நிலைமையைப் புரிக்ிக்க முயற்சி பண்ணுங்க. என் கணவர் - ஒங்க பிள்ளை - எனக்கு ஆதரவாதான் பேசுவார். தான் வேற்று வீட்டிலிருந்து வந்தவன்க்கறத்துக்காக என்னைக் கண்டபடி நடத்துவதை நான் அனுமதிக்க மாட்டேன்...."

நான் என்னம்மா கண்டபடி நடத்தறேன்? மத்திவானம் கொஞ்சம் அசதியை இருக்கு; கண்ணாரவாழ்னா நீ கண்டியோ போட்டு பாட்டு கேக்கறே. கொஞ்சம் வெச் சக்கொன்னா கேக்கமாட்டேங்கறே... தான் வந்த அண்ட்சேன்... அப்படித்தான் அணப் பேன்... இது அம்மா.

"என் வீட்டு தான் கத்திரிமா வளத்தவ. எதுக்குமே எனக்கு யோசனை சொல்லயோ, இப்பவே அப்படிச் செய். இப்படிச் செய்னு ஆட்டி போடயோ வாருமே டீரை பண்ண தில்லே. தீங்கனும் அப்படியே நடத்துக் கொங்க. 'மாமியார்' என்ற கரிமைய அதிமா என்னை ஏய்க்கப் பாக்காங்க" இது மனைவி!

'பரீ' என்று வரதாராஜனுடைய நெஞ்சில் இந்தப் பேச்சு அரைந்தது. புதுப் பெண் ண்டான் அனுசரித்துப் போக வேண்டும் என்ற தன்னுடைய கொள்கையை அவன் தான் எப்படிப் பயன்படுத்திக் கொள்வ றான்! "தன் வீட்டாருக்குத் தன் கொள் கையை விளக்கினாற் போல அவனிடமும், அவரும் அனுசரித்து நடத்து கொள்ள

வேண்டும் என்று தெளிவாக ஏன் சொல் வாமல் போனோம்" என்று அவன் வகுத்தி னான்.

அந்தக் கொள்கைதான் தன்னுடைய பல வினாய்? அதனால்தான் தன் பேச்சு எடு படாது என்று அம்மாவும் நினைக்கிறார்?

அவன் வீட்டுக்குள் திவயுக்கும் நிலைமையைப் புரிக்ந்து கொண்டான். அந்தோ, முத்தையச் சம்பவங்களைத் தன் மனைவி கோன் றுட்டும் பாணியில் சொன்னவைகளையும் யோசித்துப் பார்க்கான்.

தவறு அவன் பேசியதால். ஆயிரம்தான் கொள்கை, அது. இது என்றாலும், மாமியார் வயது முதிர்ந்தவர். அந்தக்காலவயது மனைவி அவரிடம் மரியாதையுடன் பழக வேண்டும் என்ற உண்மையை அவன் அவனிடம் வலியுறுத்திச் சொல்லியிருக்க வேண்டும். 'மனைவி' பற்றிய கொள்கை ஒன்றை வகுத்துக் கொண்டது போல, அவன் தன் தாயிடம் எப்படி நடத்து கொள்ள வேண்டும் என்ற தடைமுறைக்கும் ஒரு கொள்கையை வகுத்துக் கொண்டு அதனை மனைவிக்கும் உணர்த்தியிருக்க வேண்டும்.

இப்போதாவது உண்மை புரிந்ததோ! எனம் மிகக் கூத்து போடு முன்னரே தெரித் ததே!

மனைவியிடம் இதுகுறித்து கட்டுசை கொப்புப் பட்டுவிட்டால் நிலைமை எப்படி மாறும் என்பதை அவனால் கவனிக்க முடித் தது. ஆனால் அத்தகுப் பிறகு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவன் தன் தாயிடம் அக்கறை காட்ட ஆரம்பித்தான். மனைவியின் கொள் முட்டலுக்குச் செவிசாய்க்க முடிந்தான்.

நிலைமை சீர்திருந்திவது. கணவனுடைய கொள்கை பலவிதத்தைத் தனக்குச் சாதக மாகப் பயன் படுத்திக் கொண்டிருந்த மனைவி கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தெளிவத் துவங்கினாள். தாயாரும் புதுத் தெம்பு பெற்று, ஸ்ரமகனில் குறைகளை மறந்து தன் சொந்த மனசாகவே நடத்த ஆரம்பித்தாள்.

கவகப் புயல் எந்த சேதத்தைதும் விளை விக்காமல் அந்த வீட்டைக் கடந்து சென்றது.

— பிரபுசக்கர்.



புடைசுவத்துக் கஞ்சி போடுக் கொழுது. கொடிவிக் உலரப் போடு வதைவிட, தனதிக் விசித்துக் காய் வையப்பற தெத்தது. ஏனெனிக் நாமே பெட்டி போடுவதாக இருந்தால் கூடச் கணவனாக இருக்கும்.

— என். விதுயா.



# பனியில் நனைந்த மலர் போல் குளுமை நிறைந்த புதுமை!



கிழைகள் நெறுபடல் ஊரழகு, சித்த  
சுவாசிய முன்புப்படி மூலிகைகளைக்  
கொண்டு தயாரிக்கப்படுவது.

எல்லா வகைகளை உருவாக்கும்  
ஏற்று உருவிலும் சத்தம்  
செவ்வீதன் பானங்களையும்  
கொள்கிறது.

உருவிலும் வேர்க்காய்களில் உள்ள  
கூட்டச் சத்துகளையும் எல்லா  
பானங்களையும் காத்து உருவிலும்  
உருவிலும் கொள்கிறது.

உருவிலும் சீரமைப் பதப்படுத்தி  
இப்போதுள்ள நிறத்தையும்  
பொலிவையும் மீட்டுகிறது.  
ஒவ்வொரு முகமும் மூலிகைகளும்  
புதுமைகளையும் மலர் செவ்வீதன்.



## கிரௌன்

செவ்வீதன் ஊரழகு



**"சாதாரண மக்கள் தங்கள் செய்திப் பரிமாற்றத்திற்கு முழுக்க முழுக்க நம்பி இருப்பது தபால்துறையைத்தான். ஆனால் அதில்தான் எத்தனை கசப்பான அனுபவங்கள்..."**

திபாவனி ஷரப் போகிறது! மிகவும் ஆசையாக நம் தேர்விக்கு ஒரு காழ்த்து அனுப்ப நினைக்கிறோம். கண்ட கண்ட யாக ஏறி, பார்த்துப் பார்த்துத் தேர்த்தெடுத்து, கொஞ்சம் கூட வினையாளராலும் பரவா மில்கை என வாங்கி ஆசையாக அனுப்பு

கிறோம்...

இன்னிக்கு என்ன திங்கட் விழையா? வெட்டிராஸுக்குள்ளேதானே. அதையும் பாதல் தபால்களையே போட்டாக. சாயங்காலம் போயிடும். இல்லை நானைக்கு... காலையிலே இல்லைன்னாலும் கண்டிப்பாகச் சாயங்காலத்துத்தான்...

இரண்டு மூன்று நாட்கள் ஆகி விட்டன. தொழிலிடம் இருந்து ஒரு ஃபோன் கூட

**தாமதமாகும்**

**தபால்கள்**

இல்லை. எத்தனை அழகான கவிதை அச்சிட்டிருக்கிறது அதுனு... தங்கள் தட்டிக் காக்கவே எழுதப்பட்டது போல... மந்திரம். ஒரு வாரமாகியும் தோழி தீபாவளி பட்சணம் சேரவில்லை இருந்தாலோ என்னவோ ஒரு வாரத்தினதே அந்த வாரத்தையே அடக்கமையப் பற்றிப் பேசவேண்டியது...

இவ்வளவுதான்? என மனம் வெறுத்துப் போனது. பிறகு ஆரம்ப வேலைக் கோபமெல்லாம் போய் நான்கு மாதங்கள் கழித்து சென்றுவரக.

அந்தக் கிட்டியங்கம் காட்டுவே எவ்வளவு அருண்மயான கவிதை இல்லை? என ஆரம்பிக்க.

தோழி விழித்தான். 'எந்த கிட்டியங்கம் காட்டுவே?'

ஆக மொத்தம் அவருக்கு அது போய்ச் சேரவேண்டியவை, தபால் துறைமையப் பொறுத்தவரை இப்படி எத்தனையையோ கதைகள் உண்டு. 'நாய்கள் கைத்து வழுவினோம்' என எழுதிய கடிதத்தை, இவர்களே கைக்குப் போய் வரவந்தவர்கள். கல்யாண அழைப்பிதழோ, விசேஷங்களுக்கான அழைப்பிதழோ, குறிப்பிட்ட தானுக்கு முன்னால் போய்ச் சேராத வேண்டுமென்றே 'வேட்டாக அனுப்பி' என்னை அனுமதித்தான் என்ற கண்பர்களின் அல்லது உறவினர்களின் கோபத்திற்கு ஆளாக வேண்டி வரும்.

இப்படிச் சொல்லிக் கொண்டு, போகலாம். இதற்கெல்லாம் காரணம் என்ன? காரணம் மக்கள் தங்கள் சென்றிப் பரிமாற்றத்திற்கு முய்க்க முடிக்க தம்பி இதுபடது தபால் துறைமையத்தான். ஆனால் அதில் நான் எத்தனை கம்பியான அனுப்பலங்கள்.

இண்ட்ரஜி காட்டு 'வேட்டாகக் கொடுத்த

தத் தபாலில் காணவந்துக் கொண்டு வர்கள் எல்லாம் உண்டு. இதற்கெல்லாம் தபால் துறைமையச் சேர்த்தவர்கள் என்ன பதில் சொல்வினார்கள்?

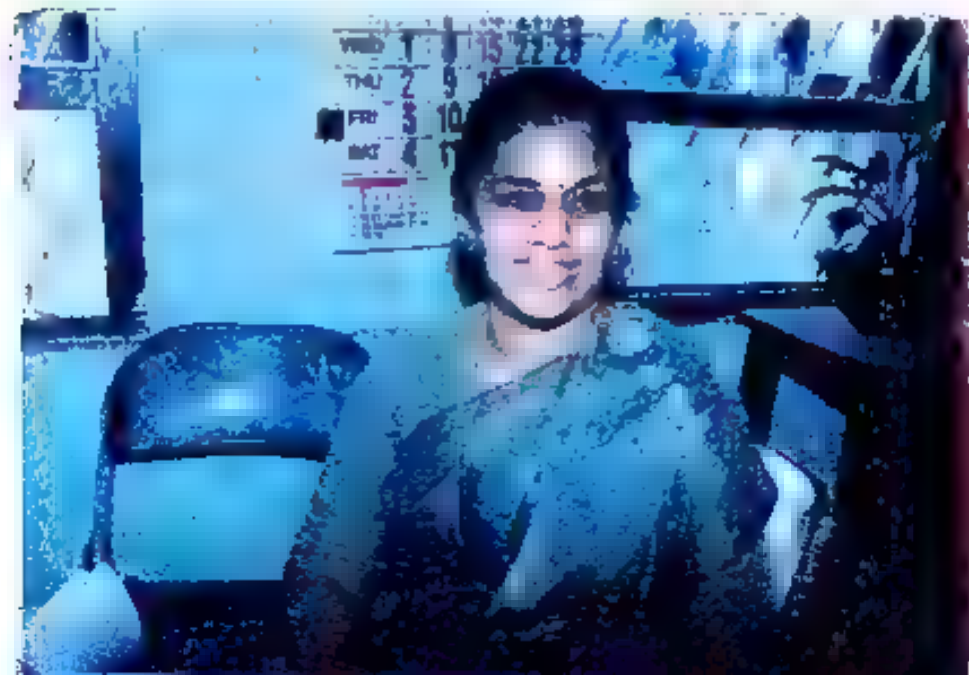
இதுமே துரிதமாகக் கொட்டி ஆரம்பிப்போட்டிச் சீர்திருத்தம் அலாங்கனையில் எந்தெந்த பொறுத்தவரமும் விளக்கமாகக் கொண்டு போது கல்யாணமாகக் கொட்டுக் கொண்டு, 11.

"தங்கள் சொந்த இந்த போஸ்டல்டிஸே சந்தர்ப்பமாக எப்போது, மே, மாதங்களில் இருக்கும். இந்த வரலாயம் அந்தத் தலிர்க்க முயற்சிகளை எடுத்துக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

தென்னக தபால்துறை பல மண்டலங்களைப் பிரிக்கப்பட்டு இவ்வித வகுவிந்து சென்னையைப் பொறுத்தவரையே மூன்று டிவிஷன்கள் உண்டு. வட சென்னை, மத்திய சென்னை. தென் சென்னை என தூற்றுப் பதினென்று தபால் அலுவலகங்கள் இவற்றின் கீழ் வருகின்றன.

இவை அனைத்தும் மூன்று பிரிவுகளாக வேண்டிச் செல்கிறது. வருகின்ற தபால்களைச் சேகரித்துப் பிரித்தல், மற்ற தபால் நிலைவர்களினின்று வரபவை, இவற்றைக் கொண்டு செல்வ, கொண்டு வர போக்குவாத்து வேண்டுகள். இவற்றில் எவ்வளவு ஒரு இடத்தில் ஏறினே தாமதமானாலும் வேலைகள் அங்குப்போது முடிவாகித் தங்கிவிடும். ஆரம்பமெல்லாம் என்ச் சொல்லப்படும் ரெயில் முடியாக வரும் தபால்கள் பிரதான இடத்தைப் பிடிக்கின்றன. ரயில்களின் தாமதம், கொண்டு வருகின்ற வேன் காரணமாகத் தாமதம் என வரும்போது மொத்தம் தெரிவிவிடும்.

மூன்று மணிக்கு வேன் வந்து தபால்





கணபிப் போட வேண்டும் என்று இருக்கும். அப்போதுதான் பிரித்து, ஸ்டாம்பிப் அடித்து, தபால்காரர் செல்ல முடியும். ஒரு டீயர் நேரம் தாமதமாகிறது என வைத்துக்கொள்வோம். தாமதமாக வருகின்ற தபால் ஸ்டாம்பிங் பிரிக்கு மாட்டோம். ஏனெனில் அதனால் வருவாய்க்கத் தாமதம் ஆகும். அது அப்படியே மறுநாள் காலைக்கு மாற்றப்படும். மறுநாள் வேலை கூடுதலாகிறது.

இதிலே அந்தந்த இடத்துக்குரிய தபால் துறை ஊழியர் விடுமுறை எடுத்து விடும் போது இன்னும் கேட்கவே வேண்டாம். இப்படித்தான் தாமதமாகி விடுகின்றது...

...தீயகல் சொல்வது மறுநாள் தாமதமாகத்தான்... நாட்களாகியும் தாமதமாகிறது...

"ஏதோ ஒன்றிரண்டு ஆகவாயே தவிர, ஒட்டு மொத்தமாகத் தாமதமாகிறது என்று சொல்ல முடியாது... தீயகல் எப்போதோ ஒரு தபால் ஆய்க்கு வாய்க்கினால் பார்த்துலாம்..." என்றார்.

மறுநாள் வருவதாகக் கூறி விட்டு மீண்டும் தொடர்த்தேன். "எங்கேயோ ஒன்றுதான் தாமதம் ஆகிறது. பொதுவாகச் சரியான நேரத்திற்குத் தபால்கள் வந்து விடுகின்றன" என்கிறீர்கள். ஆனால் பத்திரிகைகளில் ஒரு வருடம், இரண்டு வருடம் கழித்தெல்லாம் தபால்கள் கிடைப்பதாகச் செல்திகல் போடுகிறார்களே?"

"அவையெல்லாம் மிகவும் அரிதாக நடக்கின்ற விஷயங்கள். சார்ட்டிங் செய்வும் போது, அவ்வது முத்திரை தத்துப் போது தவறி விழுந்து விடுமானால் அவை கவனிக்காமல் போய் விடும் போது இப்படி நடப்பதுண்டு. பொதுவாக அப்படியெல்லாம்

மிகவும் அரிதாகத்தான் நடக்கிறது..."

"விழாக்காலங்களில்..."

"...இப்போது பண்டிகை சேல்கள் ஆரம்பித்து விட்டன. இப்படியா? ஸ்டாம்ப்களாகியும் வாழ்த்து அட்டைகளாகியும் குவித்து விடும். நீளவளி, நெல்லுமணம் சமையல்களை விட மிக அதிகபட்சம் தபால்கள் புத்தாளப்படுத்துதான் வரும். உலகம் முழுக்கக் கொண்டாடப்படும் தான் என்பதால் எவ்வளவு நாடுகளுக்கும் வாழ்த்துக்களில் போக்குவரத்து அதிகரித்து விடும். ஆனால் வேலை செய்பவர்களில் என்னவினை ஒரு அளவு தானே? எனவே அந்தச் சமயங்களில் சிறிதே தாமதம் ஏற்படுகிறது..."

"இந்த நெருக்கடியைத் தவிர்க்க வெளியில் இருந்து ஆட்களைத் தருவிக்கலாமே..."

"இதிலே பல சரிவாக சிரமங்கள் இருக்கின்றன. அது தவிரவும் புதிதாக வருகிறவர்கள் தடுமாறுவதால், அதனால் நாங்கள் தான் அந்தத் தவறுகளைத் திருத்த இன்னும் கொஞ்சம் அதிகமாக வேலை செய்வ வேண்டியதாக இருக்கிறது என்பதிரர்கள். மேலே நாடுகளில் தபால் துறை வேலைகளைத் தாளிப்பவி் இயந்திரங்கள் செய்து விடுகின்றன. இப்படிப்பட்ட பண்டிகை நாட்களில் வேலை செய்ப மாணவர்கள் முகம் வருகிறார்கள். இதனால் அவர்களில் சமாதித்து விடுகிறார்கள்" என்கிறார்.

"இதைப் பற்றித் தபால்துறை ஊழியர் ஒருவர் பேசும்போது, "வெளியில் இருந்து ஆட்களை எடுப்பது சரியாக வராது. சிபைல்டு ஆணவர்களைக் கூட சிலசமயம் போடுகிறார்கள். இதனால் எங்களுக்குத் தான் பாதிப்பு. கிடைக்க வேண்டிய ஒட்டி, பணம் போய் விடும்! பண்டிகைக் காலங்களுக்கு இந்தத் தொகையைத்தானே நாங்கள்



# தீபாவளி இல்லம் மகிழ... பாம்பே டையிங் உள்ளம் மகிழ



தீபாவளிக்காலம், பண்டிகைகளும்  
பொருத்தும் வாய்க்காத காலம்  
தற்போதும், அத்தனை  
தற்போதிகளுக்கும் வடிவம்  
தரும் பாம்பே டையிங்  
வணங்குகிறது.

சுருட்டிக்கும்  
தூட்டிக்கும்  
புதுப்பனை  
பெருக்கி  
குக்கினை  
குடிநீர் பெருக்கிவைக்க  
பாம்பே  
புதிதும் விடுபடுகிற  
பெரிய தீபாவளி  
பொருத்திக்கும்

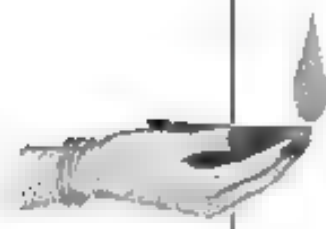
விருந்தில் அத்தனை பாம்பே டையிங் வரப்பெட்டும்,  
பொருத்திக்கும், தீபாவளி காலம், வரத் தவிர்த்தல்

- தீபாவளிக்கு விருந்தில்
- தீபாவளிக்கு வரப்பெட்டும்

பொருத்தும், தீபாவளி, பாம்பே டையிங் மத்தும் விருந்தில்  
தீபாவளிக்கும் (பொருத்தும், தீபாவளி காலம்) 1999-ஆம்  
பெருக்கி, பெருக்கிவைத்தல் 1999-ஆம் பெருக்கி,  
அத்தனை பாம்பே டையிங் வரப்பெட்டும்.

**S** விருந்தில் விருந்தில்  
விருந்தில் விருந்தில் விருந்தில் | தீபாவளி  
பொருத்தும் 17 - பெருக்கி 17.

Barbara The Factor Bank Ltd



விருந்தில்

சுருட்டிக்கும்

தூட்டிக்கும்

புதுப்பனை

பெருக்கி

பொருத்தும்

தீபாவளி

பொருத்தும்



எல்லா காலங்களிலும் அற்ற  
எவ்வெற்ற நிறங்களில்-

**வீணா**

புனிதவிகற்புணிகள்.

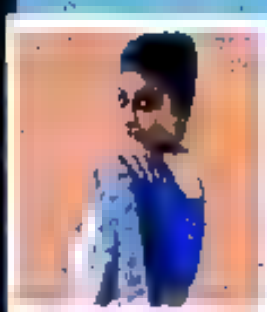


**வீணா**

புது வடிவக்  
தங்கிற் படைக்கும்  
முடிவோடிகள்



வீணா தொடர்ச்சியில்  
விநிலம்  
செய்துள்ள நம் நுழை சிறுவர்





## தொழில் சந்திப்பு

[illegible][illegible][illegible][illegible]

any day, not on a day.

அந்த நாளிலிருந்து மது நம்பன் இரவுதான் உட்கார். மூன்று பெண்மணி அவ பக்கத்து ஊர்வலத்துக்கு செல்ல: வேண்டிய மது நம்பன் பித்தும் கொள்வதற்குத்தான். திரைக்கு வந்திருந்த மது நம்பன் மூன்று பேர் அமர்ந்து தெருவாரியைப் பித்துக் கொள்வதற்குத்தான்.

எனவேயும் வேலை செய்து கொள்  
கருத்தர்கள். ஆனாலும் முதல் பீட்டுக்குத்  
தெரிய வேண்டிய தபால் பட்டுவாடா  
கார்ட்டின் பத்திர கணிப்பீதும் செலவை  
வந்தால் இருந்தார்கள். அப்போதில் ஒரு

இந்த வேளையில் நான் பதினாறாம் வகுப்பை இருக்கேன். அது எட்டி நெருக்கடிக் குகையாக இருந்தது. 'பி'யும் போக வேண்டியதான் இருந்தது. நடக்க வேண்டும் என்பது தனி பெரிய தொண்டை. இந்த உயரம் இப்போது

[illegible]

பொதுவாக எல்லாம் தெருவினாக  
உள்ள மனிதர்களை எல்லாருக்கும் தெரி  
யுமே! அதுதான் இப்படி நடக்க வாய்ப்பு  
இருக்காது. சில சமயம் தவறி விடலாம்.

(இதரப் பற்றி தீர்மானிப்பதில் கை  
போது, போன்க் கைக் கட்டாயது, பற்றி  
வராக இருப்பதால், இப்படிப்பட்ட தத்து  
வம் சில சமயம் கற்பனம். அந் போது  
தெளிவாக கைப்படுத்து இவ்வாறிட்ட  
தம் குறுப்புகளுக்கு கைப்படுத்து கைப்ப  
டுக்கப் படுத்துவதில் கை நிச்சயமாக,  
கைத் தெளிவாக கைப்படுத்து அந் கை  
கைப்படுக்க.)

“இப்போதெல்லாம் கிணங்குதல் வந்து விட்டன. தங்கள் மாடிமேல் இறங்கி வரிகளாக, அழகம் ஒளிப்பாடி பெண்கள் மாடிமேல் போய்க் கொடுவதற்காக வந்திருக்கிறார்கள்...”

“இப்போட்டி கிணங்குதலில் வர  
லில் போல்ட் பாதல் வரலில் போல்டும்  
வந்திருக்கிறது. பொது மக்களிடம் நாம்  
இதைச் சொன்னால் எடுத்துக்கொள்வார்களா.  
பொதுமக்கள் போல்ட் போல்டும்,  
பொது மக்களுக்கும் நல்லதுதான் இருக்கிறது  
தவிர, அல்லா இப்போதிருக்கா...”  
வந்தால் நிதித் தொகை

“தடப்பது சிவமொக இருக்கிறது  
என்பதீர்களே, உங்களுக்குத்தான் அசகலிக்  
அறவயங்க கொடுக்கிறார்களே...”

“மாத்திலிக்கு செல்வது தொல்வதாம். மாத்திலிக்குப் போவது வலிப்புக்கு செல்வது. பாதுகாப்பாக இல்லை. அதனால் இப்படி தோல்வாய் வரவில்லை. அடுத்துச் செல்வது தொல்வது என்பது...”

இதில்.

தேரத்தின் தபால் துறையில் துப்பா  
தெளிவிலும் பெண்ணின் இருப்பதாகக் கூறிய  
தூர்த்தனாக. இப்போ பன்னிரண்டு சை  
வகித அளவிற்குப் பெண்ணின் பணிவாந்து  
வதாகக் கூறுகிறார்.

தபால் துறைக்குப் போட்டியாக இப்  
போதெல்லாம் திறைப் 'கூரியர்' சரணில் கை  
வந்து விட்டன இந்தக் 'கூரியர்' சரணில்  
தபாலோ பார்த்தோ அனுப்புவோரிடம்  
பெற்றுக் கொண்டு. பத்திரமாக அவற்றை  
வினாசில் சேர வேண்டிய முகவரிகில்  
சேர்த்து விடுகிறது. கூரியர் சரணில் இவர்  
வைப்பாதித்து இருக்கிறதா? இதை இவர்  
கை மறுக்கிறார்கள் -

"கூரியர் சரணில் சிலவும் கட்டணம்  
அதில் அந்த விட எங்களுடைய 'கூரியர்'  
போல்ட்' கட்டணம் குறைவு சில 'கூரியர்'  
சரணில்' அவர்கள் கட்டணத்தை வாய்  
கிக் கொண்டு எங்கள் முகவரிக் கூட  
அனுப்பி விடுகிறார்கள் அதே போல  
கூரியர் அனுப்புகிற இவ்வாறு எங்குக்கும்  
வாய்க்கிக் கொண்டு கூபிடு போல்ட்' முகம்  
அனுப்புகிறார்கள்."

கூபிடு போல்ட்'யின் கட்டணமே கூ.  
அதில்தான் ஆகிரகணக்கான தபால்  
வரும் இடத்தில் தாந்துகணக்கிற்குதான்  
கூபிடு போல்ட்' பதிலாகிறது. கூரியர் சர  
ணில் வி. கூபிடு போல்ட்' துறையப்  
பணிபுரிவதாகக் கூறினாலும் அதன்  
சிதம்பர எடுத்துக் கொடுவோர் வாகு  
மிகைய.

"இப்போ செண்டு பி.ஆர்.டி. (பொது  
ஐதர் தொடர்பு அறினர்) இருக்கிறதே  
அவர்களைப் போல் வாய்வாய் செவ்வர்  
கொல்லுக தாம்ப சிறப்பா வேலை  
செய்து ஈட்டும்போதுது. மக்களும் அதைத்  
தெரிந்து பயனடைவனும் இல்லையா?"  
என்ற தூர்த்தனார் தம்பிட்டம்.

"உங்களைப் போன்ற பெண்ணை சமூக  
அமைப்புகள் தொடர்பு உணவர்கள்  
அவர்களுக்குக் கொல்லுக. பல்வேறு  
துறையைச் சேர்த்தவர்களில் சிறப்பாகப்  
பணிவாந்துபவர்களைத் தேர்த்தெடுத்து  
மணிக் மன்றங்களோ, சமூக சேவை திற  
வைக்கலோ பாராட்டுகின்றன இல்லையா?  
அதே போல சிறப்பாகப் பணிபுரியும் தபால்  
துறை ஊழியர்களையும் அந்தந்த சரியா  
வைச் சேர்த்த அமைப்புகள் பாராட்ட  
லாமோ! அவர்களுக்கும் உற்சாகமாக இருக்  
குகோ!" என்றார்.

எதுவாக இருந்தாலும் இவர்கள் சேரத்  
தவறாகப் பணிவாந்துவதில்லை என்பது  
தான் பொது மக்களின் கருத்து. "முன்பெல்  
லாம் தபால்காரர் சிரமங்களைச் எல்லாம்  
ஒரு திரோ போல 'துக் துக்' என்ற  
வைக்கை கூடிய கொம்போடு வரும்பதே  
ஆகு. இந்த அந்த அந்தந்ததெல்லாம்

முடிந்து விடுவதாக நமக்கு இந்த விட்டத்  
தட்ட இருதரத்திலும் தென்பட்ட கொள்கை  
திறமைகளும் வெற்றிசெய்வாருவகி வரு  
கின்றன. மேலும் தாட்டிக் ஏற்படும் தொழில்  
முன்னேற்றமும், பல துறைகளில் அவசரத்  
தேவையும் நமக்கு இச்சேவைகளில் முன்  
சேற்றம் அடைவதற்கு மத்தொரு வாய்ப்பாக  
கூடும்.

இவற்றை 'சிக் கொள்கை' திறமைத்  
தின் கணக்கான சமீபமாகும் கவியுறந்து  
இதில்.

வினாவுத் தபால் முகமாக அனுப்பிய  
கடிதங்களை, மற்ற முக்கிய கிண்பல்களை  
குறித்த தேரத்தின் சேர வேண்டிய இடத்தினால்  
அடைவதில்லைவாறாக நீங்கள் அரசாங்க  
அறையர்களிடம் சென்று முறைவிட்டாலும்  
அவர்கள் அதற்குத் தக்க நடவடிக்கை எடுப்ப  
திலும் தாமதம் காட்டுவார்கள். ஏனெனில்  
உக்கமிடமிருந்து பெறப்பட்ட வாகு  
முறைகள் பல மேலதிகாரிகளிடம் காட்டி  
நடவடிக்கை எடுப்பதற்குள் காலதாமதம்  
இல்லும் ஆகியும், இந்த காலதாமதங்கள்  
பணியில் ஏற்படும் போது, வாகுக்கை  
வாங்குகளை இந்த விடுவோமே என்ற  
அச்சத்தில், அவர்களை கடிதமோ, மற்ற  
முக்கிய வகைகளான எங்கு திறத்தப்பட்ட  
குக்கிறதோ அல்ல உடனுக்குடன் அதித்த  
திறமைகளிந்து வேறுகுறிக் ஆன் முகமாக  
வாகு சரியான தேரத்திற்குச் சேர்ப்பித்து  
விடுவோம்," என்கிறார் அவர்.

இவர்கள் கூறுவதை முழுதும்  
மறுக்காவிட்டாலும் இந்த கொள்கைச் சேவை  
களில் நவது ஏற்படுவது சமீபமாக முந்து  
என்கிறார் திருமதி பாத்திரா. வேகமாக  
வாங்கு வரும் ஒரு விவரபர வதாபரைத்  
தின் சொரத்தக்காரரான இவர், அதன் முன்  
சேற்றத்தில் பெரும் பங்கு வகிக்கிறார்.

"ஒரு விவரபர முன்னேற்றத்தில் கடிதப்  
போக்குவரத்து, மிக மிக முக்கியமாகும்.  
தேரம் நவதிக கடிதப் போக்குவரத்து பல்  
விவரபரத்தின் தவைவிதமையே திரைவித்  
திருக்கின்றன. தான் வதாபரைத் தொடக்கி  
வாகுததில் கொள்கைகள் முகம்தான் கனது  
முக்கிய டெண்டர், இவ்வாய்க் எல்லாம்  
அனுப்பிக் கொண்டிருக்கிறேன். ஆனால்  
வினாவுத்தபால் அதிமுக்கப்படுக்கிவிடுகிறது

\* கிபாத்திரா

\* எம்.சந்திரன்



நாம் அதன் மூலம் நாம் என்று எல்லாக் கடிதப் போக்குவரத்துக்களையும் நடத்துகின்றோம். இதுவரை எத்தனைய பிரச்சனையும் எங்கே ஏற்படவில்லை. மேலும் இது அரசாங்கத்தால் நடத்தப்படுவதால் நமது பொருட்களுக்கு ஒரு பாதுகாப்பு உண்டு. அந்தர்ப்பரீ குற்றங்களில் ஏதேனும் தாமதம் ஏற்பட்டாலும் நமது கடிதங்களும், மற்றவர்களும் கருத்துடன் பாதுகாக்கப்படும் என்று உறுதியளித்து இருக்கலாம்.

இவ்வாறு நான் கூறுவதற்குக் காரணம், நாம் ஒருமுறை இதில் பயணம் செய்து கொண்டிருந்த போது என்னுடன் பயணம் செய்த ஒரு கொளியர் பாக் (இவர் கனெட். T. C. என்று அழைப்பார்கள்) மூட முடியாத மெயிநாள் கப்பலில் கடிதங்களைக் கொண்டு வந்ததால் வண்டி செல்லும் போது அடித்த பயணமான கார்டில் கடிதங்கள் சிதறி ஒடுவதைப் பார்த்த எனக்கு மிகுந்த வேதனையும் சோகமும் மூண்டது. ஏனெனில் ஒரு நிர்வாகத்தின் அதிகாரியான நாம் உட்பெனியின் முக்கியமான கடிதங்கள் நவநியாஸ் அவை விவரப்படுத்தாத தந்தையின் பாதிப்பிற்குள்ளாகும் என்பதை நான் அறிவேன். மேலும் இந்த கொளியர் சேவை நாட்டில் எல்லா மூலக் முக்கியமான கடிதங்கள் சென்று கொடுக்கின்றன என்று கூற முடியாது. அம்மாதிரி சமயத்தில் நாம் அரசாங்க விசுவத் தபால் பணிசபைதான் கார்த்திருக்க முடியும்" என்றிரார்.

தொகுப்பு: சி. ச. ஜி.

போய் விட்டது. தபால்துறை எந்திரங்கள், நாட்டில் எல்லோருக்குமே செய்யும் தொழிலைச் சிறத்தையாக, பத்திரங்கள் செய்ய வேண்டும் என்ற எண்ணமே போய் விட்டதாம். ஏனோ தானோவென்றுதான் இருக்கிறார்கள். எதாவது தப்பு இருந்தால் அடுத்தவர்கள் மேல் போட்டு விடுகிறார்கள். ஆனால் உரிமைக்கு, சம்பள உயர்வுக்கு, அவையன்னைக் கரக்க துரல் எழுப்பி விடுகிறார்கள்" என்றார் மகனின் தபாலவை எதிர்பார்த்துக் காத்திருந்தவரான ஒருவர். மற்றபடி தபால்துறைக்காகக் காத்திருந்த பெண்மணிகள் கூட, "பாவம்மா, அவர்கள் வேலை செய்கிறார்கள் இதை எங்கள் வங்கம். ஏதோ அங்கங்கே தப்பு நடக்கும். என்ன செய்யிறது" என்றார்கள். விட்டுக்கு வந்து தபால்காரர் தபால் கொடுக்கிறோமாம் என தபால் அலுவலகத்தில்கே வந்து வாங்கிச் செல்லும் பலரில் ஒருவர் இவர்.

பொதுவாகவே தபால்கள் தாமதமாகின்றனவே என்று கொள்ளலே, "எந்த இடம்னு சொல்லுங்க. புலர் எழுதிக்கொடுங்க. விளாக்கிடுறோம்..." என்பது நான் படுவாக இருக்கிறது. புலர் செய்யுது அல்ல நம் நோக்கம். நியுமூடப் அதிரா, காமுலின் ஒரு அம்சமாகி விட்ட தபால்துறை இன்னும் கொஞ்சம் உலகமாகப் பணியாற்றலாமே என்பதுதான் ஆதங்கம்.

— மதுகௌ ரமேஷ்.

வண்ணப்பட்டு, படங்கள்: கோகா.



பட்டோட பளபளப்பையும், ஜூரிகை -  
வேலைப்பாட்டோட நேர்த்தியையும்  
பார்த்தா, 'ஸ்ரீ ராஜேஸ்வரி ஹால்'  
எடுத்தது மாதிரில்லே இருக்கு?

'ஸ்ரீ ராஜேஸ்வரி ஹால்'லே எந்தப்  
புடவை எடுத்தாலுமே, இப்படித்தான்  
அழகா, அபாரமா இருக்கும்! அவங்க  
கைராசி அப்படி

**ஸ்ரீ ராஜேஸ்வரி  
ஹால்**



121, ராஜ வீதி, கோயமுத்தூர்,  
59, கடை வீதி, சேலம்.





# தொல்லாடு கூர்ச்சு

தூக்கத்தில் புரண்டு படுத்த சந்திர,  
எதிரே உள்ளவரையே நோக்கி விழித்துக்  
கொண்டான். யாரோ மெல்லிய குரலில்  
அழுகிறாள்! எழுந்து உட்கார்ந்தான்.  
பீராக அழ்ந்து துக்கிக்கொண்டிருந்தான்.  
அந்த நுண்ணில் மெல்லிய சிவந்த விளக்கு  
எதிரே கொண்டிருந்தது.

"யார் அழுகிறாள்?"

ஹாலில் இருந்து சப்தம் வந்தது. அந்த  
குடமொடே இருபடிக்கு கனகம் பழகி விட  
மெதுவாக எழுந்து அந்த வானலை அடைத்  
தான். ஹாக் சேர்ப்பாவில் கொய்யை மரம்  
உட்கொத்திருந்தான். அவன் அழுகில் கலர்  
அகாரத்து நோன்று அழுது கொண்டிருந்  
தான். அவருடைய தீண்டாத வயிறு துடித்  
திக் கொண்டிருந்தது.

"என்னம் இப்படித் தொகுதே..." தாக்க  
என்ன தப்புபயன்! உட்கொடுத்திருக்கிறேன்  
திரிசை கொடுத்தான்... என்ன குடும்பமணி! உ  
யோட உணவாக கொடுத்தான்... இப்படித்  
கூட ஒருத்தி இருப்பாரே..."

ஆமாம். கலர் தவிராத்திரே நேரத்தில்  
வந்தவனாகப் பிறகு மாரிசா விட்டிருப்ப  
யோகமேயில்லை. மறுதலே மணி கிடை  
ப்பிப் போனவனாக கலர் பழையாடிக்  
கூழி விட்டான். பதிக் இயக்க.

அப்படித்தான் வந்தான் தவிரேன்!  
இரத்தினோபாயம் கொடுத்ததும் இருக்கிக்  
கும் ஹாக் வந்தது. தந்தா! என வந்தவனாக



வசியீந்தான். நீந்த மகனின் வழுக்கைதான் நீக்க முடியவில்லை.

"பென் சரியில்லையாம், சரியாக விட்டு வேண்டி செல்வதில்லையாம். படிப்பது பொதாதாப் துடிப்பு. பழன் தன்ம போடு விடுதல் என்று சொன்ன பென் விட்டானா? செய்காரி நடவடிக்கை இப்போது தீவிரத்தால் கஷ்டமாக இருக்கிறதாம்."

கோமளம் குழந்தைக்கு அழுதான். இராஜகோபால், மனம் கருகிவிடவே புனத்தது போலாக் எவ்வகையும். சிரிப்பைக் இருந்த அந்த வீடு. குழவந்தாதி விட்டது. ஸ்ரீதாஸ் கூட பவத்து பவத்துதான் உத்தான்.

கடவுள் திடீர் திடீரென்று திணைத்துக் கொண்டு எழுந்து வடிகார்த்து கொள்வதும், அழுததும் சகஜமாகி விட்டது.

வேண்டாமோ! திணைத்தாதி இந்த மாதிரி அடக்க உடனடியாக... என்று கோமளம் எவ்வளவோ சொல்லிப் பார்த்து விட்டாள்.

ஆனால் சாத்தாவிற்கு அவனின் வேதனை புரிந்தது என் என். என் வி

ழடித்தவுடல். பத்தனை கனவுகளைக் குடும்பத்தில் அடிபெடுத்து வைத்திருப்பான்! ரன்னை கஷ்டங்களை அனுபவிக்காத இடம் குடுத்து தன்னைப் போல வடு படிக்காத ஆத்மா அழுது நீரித்தது. இப்போதும் அழுது கொண்டு இருந்தது.

சாத்தா வேதனையாக ஊதுக்கு வந்தான். அவனைப் பார்த்து ஆபாசத்துடன் தன்வயமாத்தான் கோமளம்.

"இவளும் சொல்லுபடியம்மா. எட்டு மாதம் முடிந்தாக் இப்படி வால் மேல திணைவல் வக்கண்டு அழுது பாடு தாம என்ன செய்க்! எவ்வளவு தன்மவெழுந்து."

"ஹா... அவனை நெருக்கிவிட ஆக வேண்டு அவனை சொல்கத் தெரிட்டான். "எம்மா இந்த மாதிரி நெருந்து உடம்பைப் போட ஒப் பழாக்கிக்கொளமா...?"

"எவ்வத்தன உடம்பு பாத்றுக்கிறது? இந்தப் திணை திந்து மட்டும் சாதிக்கப் போந்து என்ன? பென் ஆன்மீகனாகவே







## என் பாட்டி சேர சூடு முறைதான் யொய்சொன்னாள்..

நீலமும் தான் சாப்பாட்டை முடிக்க பாட்டி எனக்கு கழல்  
திறைவ ஊறுகாய் வைப்பது வழக்கம். ஆகா, காரணம்  
மனமும் திறைத்த, அருமைமான, எட்டிசேலிய தயாரான  
ஊறுகாய்... ஆனால் தான் குதித்துச் சாப்பிட்டது  
உண்மையில் குறி ஊறுகாய்தான் என்பதை, பாட்டி என்னிடம்  
கொல்லாமலே மறைத்து விட்டாள். இப்போதுதான்  
எனக்கு அந்த உண்மை தெரியும். ஆனால் ஒன்று மட்டும்  
கொப்பென். குறி ஊறுகாய்க்கும் எட்டிசேலிய தயாரிக்கப்படும்  
ஊறுகாய்க்கும் வித்திலாசனமே கண்டுபிடிக்க முடியாது.  
ஏனெனில் பாட்டி மின் தயாரிப்பான விட்டு ஊறுகாய்  
போலவே குறி ஊறுகாய் விடுவிதுப்பானது. சுவை  
மறைத்துடன் உடியது. மேலும் மேலும் உவகைத்  
துண்டுது. இது முழுக்க முழுக்க உண்மைதான்!



குறி க்யூட் பிரைட்கல்,  
"சுவைவ ஊறுகாய்".

121, சி.ம.க. செட்டி ரோடு சென்னை 600 017

பேசு: 889290/889438



உவவ மிக்க  
19 வகைகளில்  
கிடைக்கிறது.



வீட்டிலே தயாரித்தது போன்ற சுவை.  
செய்யும் சிரமம் சிறிதும் கிடையா



# பெண்களின் உற்ற தோழி எக்ஸ்பிரஸ்ஸோ



கரல் சூகர்

காட்டி பிரட்

கரல் சூகரில் தனிப்பட்ட முறையில் வடிவமைக்கப்பட்ட பிரட், சாதத்தின் கஞ்சியை வடித்து, மென்மையான குழியான சாதத்தை தருகிறது.

ஒரே நேரம் தட்டிவிட்டுத் தயாரிக்கப் பட்டது. இதன் வெப்பமும் பரிசேதிக்கப் பட்டது. அதிக கனாதாரமானது.



உயரமான செட்



சிறு பிரட்

STAINLESS STEEL  
**Expresso**



மீட்டி சூகர்

Mild by: J.K. METALS  
199, Mint Street, MADRAS-600 005.  
Phone: 568800

பாள்."

"என்ன பரீட்சையோ, படிப்போ... நம்ப வாக கூட சரியானே சர்ப்பிட மார்ட்டே உ கறான்..." என்ற கோமளம், "படிப்புன்ன வுடனேதான் மூலபகம் வாரது. நேத்து ராத்திரி வழக்கம் போல அழுத கலா கண்ணு பேசுபாடறா. அவனை நாம படிக்க வைக்கவேண்டும். கல்லாணம் பண்ணிக் கொடுத்துட்டோம்..."

"நாம என்னடி பண்ணு. எல்லாம் நாம பண்ணின பாகும். நாம பண்ணாத டிரைபி டிஸ்பே. சம்பந்தி பேர் அப்படி பேசறா... கலாசப்படி ஏறவுட மார்ட்டே உகறானே... எல்லாவு மதிப்பு கொடுத்துண்டு போனா லும் சீறுகிறா... என்னத்தைப் பண்ணச் சொல்றே..."

"எனக்கு ஒன்னு தோன்றுது. திருப்ப திக்குப்போய்ப்பு வரலாமே? ரொம்பதான் பிரார்த்தனை கூட இருக்கு. ஒரு நடவடி கைபெருமானைத் தரிசனம் பண்ணிட்டு வந்தா எல்லாம் சரியாய் போயிடும். என்ன தெவடி தந்தமோ..."

"என்ன அபத்தியக்காரத்தனமா பேசறே... பெருமான் பிரார்த்தனை செலுத்தவேண்டு உன் பொண்ணை தள்ளி வைக்கச் சொன்னாரா என்ன..."

"அங்க பிச்சுன்னு பேசாதீங்க... தங்க எதுக்கெடுத்தாலும் இப்படித்தான் ஏடா கூடமா பேசறீங்க..."

"சரி சரி போலாம். கலாணை எப்படி கூட்டிண்டு போயே... மாசமா வாக்க..."

"எது தெனச்சாலும் உடனே பண்ணி டனும்.. எனக்கென்னவோ திருப்பதி போய்ப்பு வந்தா கலாவுக்கும் தல்வலிதமா பிரசவம் ஆயி. அவளாகும் கொழுந்தைய பாக்க வகுலாண்டு தோன்றது..."

"அதுக்காக அவளை மணல் மேடுவை கூட்டிண்டு போக முடியுமா..."

"வேண்டாம். அடிவாரத்துவ எங்க சித்தப்பா பொண்ணோட தாத்தனார் இருக்கா. அவரங்கிட்ட விட்டுட்டு போயிலாம். அப்பறம்தான் சொல்வாதிங்க. எல்லாம் நல்லபடியாக ஆகட்டும்..."

"என்னமோ பண்ணு போ... அவளாக்கு விட்டார் எழுதிடு. காங்கேயே போயிரு யோம்... யுனவர ஒருத்தனை ஏற்பாடு பண்ணிப்போம். என் ரீதியென்க் கத்தரம் இருக்காலே... அகலினா. யுனவரை வரச் சொல்றேன்..." என்றவர் கூக கழுவிக் கொள்ள எழுந்தார்.

திருப்பதிக்குப் போவதற்கான ஏற்பாடு கள் மட்டமடவென்று நடந்தன. கலாசிறிதும் மாறும் என்பதால் தான் தள்ளிப்போ. மலம் மறுதரீனே இளம்ப ஆவத்தமாயினர்.

ராஜகோபால் மூன்று தான் வழக்குணை துமாந்தாவிடம் சொல்லி ஒப்பனை தந்தா. சாந்தா வழியில் சர்ப்பிடுவதற்காகக் கட்டுச் சாதத்திற்காக புனிபோதரை கொடுக்க இன்று



வெயிலில் காய வைத்து வறுத்த பச்சா மினகம் 100 கிராம், வறுத்த தவிமா 50 கிராம், வறுத்த ரோம்படி, கலகரா - வகைக்கு 4 மேசைக் கரண்டி, கொஞ்சம் பட்டை, ஒழெட்டு வலக்கம், ஒன்று வலக்கம் ஏற நிசில் வெக்கம் வறுக்கப் பட்ட தான்கு ஓடி தேவகாத்த துருவம், ஆழாக்கு உடைத்த கடனல மொத்தமாக கிக்கலிசில் அளர்த்து வைத்துக் கொள்ள வும், திரை விருந்தாவினா? உப்பு மட்டும் போட்டுக் காய்கறிகள் வெத்தலும் குணப் பொடி ஒன்று கழும் போட்டுக் கரைத்து விடவும். ஒரு கொதி வத்தலும் திரக்கி விடவும்.

— திலகா.

வதும் துட்டிக்கு அளரப்பதுமாக வியாந்து விழுவதும் ப்போனாக. ஸ்டீடியல் எல்லோரும் புறப்படுவதாக ஏற்பாடு. எல்லாம் ரெடினாக்கிக் கூடத்தில் வைத்து விட்டார் கள். ராஜகோபால் கோர்ட்டில் இரந்து வர வேண்டும். அதுதான் பாக்கி.

சலங்காவம் வந்த ராஜகோபால் பெண் ணைப் பார்த்துச் சிரித்தார்.

"என்னப்பா ஸீசேஷம்..." என்று புன்ன சைத்தான் கலா.

"தீ அடிக்கடி சொல்லுனியேம்மா... பொண்ணுங்களுக்கு என்ன உரிமை இருக்கு. என்ன உரிமை இருக்குன்னு. இன் னிக்கு பாகிவிமெண்டிலே ஒரு மரோதா சிறையெறி இருக்கும்தா. இந்த 36-வது வதுகூச் சட்டம் ரொம்ப முக்கியமான தும்மா. பெண்களுக்குப் அப்பாவோட கொத்தல் உரிமை இருக்குன்னு அது சொல்றதும்தா. இன்னும் எத்தனையோ பெண்களுக்கான நலங்களைச் சொத்திடுக் காய்க..."

"அப்பா, தான் சொத்துக்காக அப்பாவு வெல்லாம் பேசுவேன்..."

"சே. அசு... பெத்த பொண்ணான நீ உன்னை பத்திச் சொல்லினீண்டா தானா? எனக்குத் தெரியும். நீ சொல்றதெல்லாம் சரிதான்மா. பொண்கள் அவை கால்கோ அவா திக்கணும்மா. அதுதான் ரொம்ப அபாயம். அதிகக் காலம் கடிவ சித்திரமே வரும்..."

"போனும் சமக்குப் பேசு. வாங்கோ, டிபன் சர்ப்பிட்டுட்டம் வக்கன்ன இளம்பி..."



போனது. கனாஸின் அடக்கமான உபாஸ  
தும், ஆழமான அன்பும் அவர்களுக்குத்  
தரிப்பதில்லை. குட்டக் குட்ட இயன்  
றொம்பத்தான் தனித்து போனான். இயன்  
றமாளி என்று தெரிந்தவுடன் இன்னும்  
தனிதராக ஏங்குகிறார்களே. வந்தமாள  
னவொரு இரும்பின் பாக்த்தாகி.

கோர்த்து போன பூதத்தோடு கலந்துவிட்டு கொண்டிருந்தான். கோமுகமும் தங்கி விட்டாள். சாத்தானான் விழித்துக் கொண்டிருந்தான். யாகவும் தங்கி, பூதமும் ஒரு கரத்தில் கோமுகியை பார்த்துக் கொண்டு இருந்தான்.

அம்மாவும், சாப்பாடும் சீவனங்கள்...  
எனோ முன்பின் தெரியாதவர்கள் வீட்டில்  
வந்து ஒன்றுக் கொண்டு, பாயம் எத்தனை  
அதமார்த்தமாக உலுக்குறார்கள்...

இந்த நூல் தன்னை வங்கில் மானா பாகப் பாத உணர்ந்திருடன் சங்கடமாகி நிதி தான்.

‘எல்லாருமே தெரியுமே...’

“இப்போது மாமா... கெடும்பற அடிசைத்துவ  
பாத்தும் போகலே... கொண்டு அடிசைத்து  
வந்தது...”

“ஓடுதான் வெவ்வு” கிரித்தார. “அதுக்கா  
இந்தக் கொடுமை தெரியுமா. நான் வந்தேன், உன்னை  
உமா நிறுத்தியிருக்கிறேன்...” என்கிறார், அப்படி  
இருக்கிற தாக்குதல்களில்.

த. க. ட. இறக்கி துணைத்துப் பேசுவார்

ஒரே இடத்தில் இருந்து நேரடிகாரச்சா யூசினி,  
பொட்டி இருக்கிற... சான்றாக.

ஒரமாகக் கார் திண்டிது. தாக்கி வழிந்த கோமாளத்தைத் தாண்டி இதழிய சாத்தா, "ஏண்டா இப்படிப் படுத்தே... சக்கிரம் போய்ட்டு கா..." என்றாள்.

“பயம்மா இருக்குமா, நீயும் வாயேன்...”  
 “உயர்ச்சம் தன்னைப் போல் தின்ற ஸ்ரீநாள்  
 பக்கத்தில் போல் தின்றான் சாந்தா.”

அந்த இயல்பு வேளையில் கா.நம். பன்  
னாம் 'சொர்' ரென்று உடந்து போய்க்  
கொண்டிருந்தது. இயக்கத்தில் கா.நம்.  
"பார்க்கிவ்வான்" வெளிச்சம்மாட்டும் சிவன்  
தாக்க கொடுத்தது.

ஆர்த்திரை... வர சீக்கிரம்... என்று அவன் கையைப் பிடித்து அழுத்த அதே கையால் அந்தப் பல்வாரம் நடந்து விட்டது. எதிர்த் திசையில் ஒரு பஸ்ஸும், வாரியும் போகட்டுப் போட்டுக் கொண்டு நுழை நுழை மிகச் சரியாக இவர்கள் தாரி திரும்பி இடத்தில் வந்து விடை-தல் சத்தோகந்தில் வாரி வெறுவேகமாக பஸ்ஸைக் கடக்க முயல்...

பலகூர சங்கத்துடன் ஊர் நின்று  
கொண்டிருந்த காசு மீது நோயிடிவது.

சரத்தா அப்பாவுடைய உதாரணத்திலிருந்து கிட்ட  
டாகம். ஸ்ரீதி அம்மா. அம்மா என்று அலறி  
னாள். சரத்தாகுமாரி: நுத்து பஸஸிதமான  
அஸரகமன்...

(தொடரும்)

சுப்போலா  
நி:அபந்ஸதி சுாடி என்னைகனாய்

[illegible][illegible]

**க.யோனா**  
இருதய நோய்க்கு எதிரான  
சிறந்த மருந்தாய்.

உயர்நீதிமன்றம் தீர்மானம் செய்தது. தலைவர் அவர்களின் தீர்மானம் மூலக்கருவாக இருக்க வேண்டும் என்றும், அதன் அடிப்படையில் தீர்மானம் எடுக்க வேண்டும் என்றும் உயர்நீதிமன்றம் தீர்மானம் செய்தது.

**தமிழக அரசு**



**RESEARCH**

[illegible]



# உங்கள் திருமண நாள் - சிறுசேமிப்புத்திட்டத்தின்

முதலீட்டு நாளாகட்டும் !



ஆம் - உங்கள் குழந்தைகளின் எதிர்காலத்தை திட்டமிட ! இன்றே சிறுசேமிப்புத் திட்டங்களில் முதலீடு செய்து பெரும்பயன் பெறுங்கள் ! கீழ்க்கண்ட மூன்று முத்தான திட்டங்களில் சேர்ந்து உங்கள் குழந்தைகளின் எதிர்காலத்தை வளமாக்குங்கள் !!!



**உங்கள் ரூ.5,000/- முதலீடு கீழ்க்கண்டவாறு வளருகிறது.**

திட்டத்தின் போது	5 ஆண்டுகள்	5% ஆண்டுகள்	6 ஆண்டுகள்	10 ஆண்டுகள்	11 ஆண்டுகள்	12 ஆண்டுகள்	15 ஆண்டுகள்	18 ஆண்டுகள்
இந்திர விபாக பத்திரம்	75,000	-	-	20,000	-	-	60,000	-
விவசாயிகள் சேமிப்பு பத்திரம்	-	10,000	-	-	10,000	-	-	60,000
தேசிய சேமிப்பு பத்திரம் (வருமானம்)	-	-	10,000	-	-	20,000	-	60,000

**தற்போது உருவாகி வருகின்றன:**

(தமிழகத்தில் வாங்கும் பத்திரங்களுக்கு)

\* ஒவ்வொரு ரூ.500/- முதலீட்டிற்கும் ஒரு இலவசப் பரிசீலிக்கப்படும்.

\* மாநாட்டினர், அங்குட்டி, லைட் குவீ., குளிர்ப்பானம் போன்ற 200 பரிசுகள் பெறும் வாய்ப்பு.

\* KVP, எந்திரம் (KVP) திட்டங்களில் ரூ.1,000/-க்கு மேல் முதலீடு செய்பவர்களுக்கு வருட சந்த நிதி திட்டங்களில் வழங்கும் 1% வட்டித்தொகை.

**சிறப்பு அம்சங்கள்:**

**இந்திரவிபாக பத்திரம்:**

\* வங்கியில் அடமானம் வைத்து கடம்பெரு வரதி.

\* எந்த நேரம் வரலாம். விவசாயிகளுக்கும் எந்தவித நெருக்கடிகளும்.

\* ஒரு வருடத்திற்கு மத்திய நேரம் நேரம் வரலாம்.

**விவசாயிகள் சேமிப்பு பத்திரம்:**

\* முதல் வருடத்திற்கு மத்திய நேரம் நேரம் வரலாம்.

\* திரைப்படங்கள் முதலீடு செய்வதற்கும்.

**தேசிய சேமிப்புப்பத்திரம்: (மத்திய சேமிப்பு)**

\* ஆண்டு ஆண்டுகளில் முதலீடு இடப்படும்படி.

\* குழந்தைகளுக்காக முதலீடு செய்வது தொகைகளும் வருமானங்கள் விவசாயம் பெறலாம்.

\* வங்கியில் அடமானம் வைத்து கடம்பெரு வரதி.

\* விவசாயம் வட்டிக்கும் வருமான வரி விவசாயம்.

**சேமிப்புப் பத்திரம் அளவற்ற அளவுகளை திரைப்படத்தில் விவசாயம்**

**பரிசு வட்டிகள்**

வங்கியில் அடமானம் வைத்து வருமானம், வட்டி வரலாம். வருமானம் வங்கியில் விவசாயம்.

**மேலும் விவரங்களுக்கு:**

**சிறுசேமிப்பு இலக்குகள்.**

143, அண்ணா சாலை, சென்னை-600 002. தொலைபேசி: 840322/846309

இந்த வார்த்தையைக் கேட்டாலே அனிதாவிற்குக் கிடுகிடுப்பு. இந்த வார்த்தையை யாரிடான் கண்டு பிடித்தார்களோ, எழுதாத பத்திரிகை இல்லை. பேசாத பெண் இல்லை, எழுதுவதும் பேசுவதும் என்ன கஷ்டம். நடைமுறையில் கடை பிடிப்பது என்ன, வெகான காரியமா. ஏன் அனிதா விற்கு இப்படி ஒரு அலுப்பு என்கிறீர்கள்? அவரவர் கஷ்டம் அவரவருக்கு.

அனிதாவிற்குத் தான் கல்யாணத்திற்கு முன்னால் கொடி போல் இருந்ததாகவும், பின் வேலை செய்தே உடல் பெருத்து விட்டதாகவும் நினைப்பு. பலமே இல்லாத உடல் தான் கண்த சரீரமாக இருக்கும் என்கூட அராய்ச்சியில் முடிவு. இருந்தாலும் இணைத் தால் தன்றையிருக்கும் என்ற ஆசை மட்டும் எக்கச்சக்கம்.

"ஏங்க தான் இனிமேல் உடம்பு இருக்கப் போகிறேன். ஸ்லீட், நொறுக்குத் தீயின்னு ஏதாவது வாங்கிண்டு வராதீங்க." "எதுக்கு அனிதா நீ பார்க்க நல்லாதானே இருக்கே."

"தெனும்மாயா." "உண்ணவாத்தான். உண்ணப் பார்த்து யாரு குண்டுன்னு சொல்லுவா."

"எங்க நல்லா இருக்கேன். முத்தா தான் சாயராணி கடைத் தெருவில் பார்த்துத்தமா 'அ. அனிதாவா' என்ன இப்படி உபயோகிக்கே. எனக்கு உண்ண சட்டுனு அடையாளமே தெரியலை," என்றான்.

"வயது கடும் பொழுது கொஞ்சம் கண்ட பொடத்தான் தெரியும் அனிதா."

"அதானே பார்த்தேன். இப்படி வேணும் என்று நேரம் பார்த்து முக்கை உடைப்பீர்களே. சாராணியாவது பரவாயில்லை. உடம்பு சாதி விட்டது என்று மட்டும் தான் சொன்னான். நீங்க எனக்கு வயதாதி விட்டது, கிழவி, பாட்டி, பார்க்க சக்கை வில்லை இப்படி எல்லாம் சொல்வீர்களே."

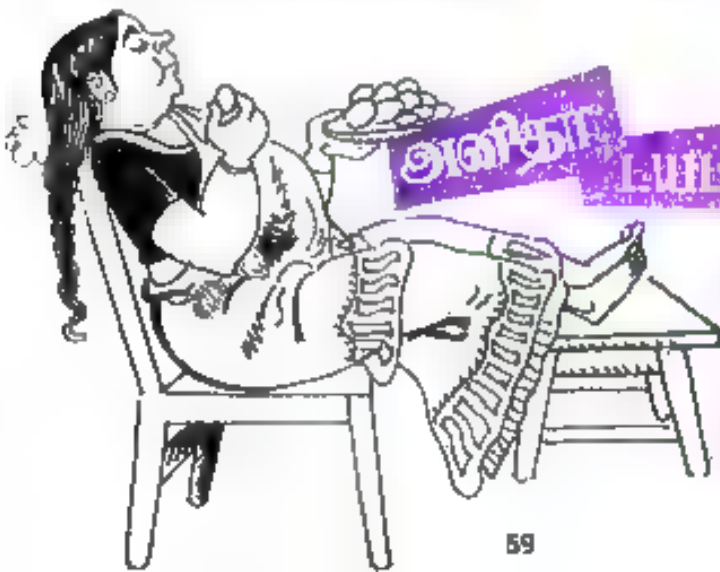
வினா வெட்ட புதம் கிளம்பிய கண்த யாகி விட்டது. வசமாக மாட்டிக் கொண்டார் மானிக்கம்.

"சே... சே... அதெல்லாம் இல்லை. சாய் ராணி வீடு, ஆபீஸ் என்று அல்லவறா. உடம்பு பொடறதில்லை. அதனால் அவளுக்கு மற்ற வர்களைப் பார்த்தால் அப்படி தோன்றுகிறது."

ஆறா! திருப்பியா. எவ்வளவு விட்டாலும் பெண்கள் வேலைக்குப் போகிறா. தான் வீட்டிலேயே சாப்பிட்டு சாப்பிட்டு உங்க சொத்தையெல்லாம் கரைக்கிறேன். அப்படித்தானே! தான் தான் உட்கார்த்து சாப்பிட்டுறேனா, உன்னுடில் கொடுத்தாலும் கொடுத்தது. உங்க கடைசி தங்கை அண்ணி! அண்ணா என்று இசைந்துகண்டு நொடிக்கு நூறு முறை வரான், கதிரி மாமுது போல் ஒவ்வொரு முறையும் விட்டா. குறையாடி செவ்விரான், அது உங்க கண்ணுக்குப் படலை, உங்க அம்மா பாக்டரி போல் அப்பனம். முறுக்கு, வடாய் என்று இங்கு தயார் செய்து கரை கரைக்க தன் பொண்ணுக்கு அனுப்புவது தெரியலை. தான் குண்டா இருப்பது மாத்திரம் தான் தெரிகிறதா! னாம்! என்னமால் வளரித்தா எங்க அப்பர் அம்மா! நெய்யும் பாலும் கடை வளரித்தா. இப்படி இந்த வீட்டில் வந்து நாயா வேலை செல்கும், குண்டுன்னு பேர் வாங்கிறேன்."

முக்கை உறித்தி கித்தி அது ஆரம்பித்தான் அனிதா. வீடு களைபரம். பாத்திரங்கள் பறந்தன. அனிதா கைகேறி கோலம்.

வளரிந்து கல்யாணமாகி விட்டதே தவிர அனிதாவுக்கு குற்றத்தை மனசு. இன்னமும் காட்பாள், ஐஸ்கிரீம் கண்டால் துள்ளும் ஆசை. ஷரீட் கொள்ளை பரியும். காப்பி கூட பாணகம் போல் இருக்க வேண்டும். இதில் என்னத்தை இசைப்பது. ஆறால் யாரும் குண்டு என்று வார்த்தையையே உப



யோகிக்கக் கூடாது. கோபம் தனவுக்கு ஏதிரிக்கும். அளிதாவை சமாளிப்பதும் கவசம். பாஸத்தி. குமோப் ஜாஸன் என சமர்ப்பித்தால் சாமி மனவலையி லிருந்து.

சாத்தமடைந்த அளிதா பேசினால், "கம்மா கிண்டலா பேசாதீங்க. நான் இனிமேல் உண்மையா டயட்டிங்கில் இருக்கப் போறேன். அப்படி என்ன நம்மால் கட்டுப் படுத்த முடியாத நாகு. எத்தனை புத்தகங்கள் டயட்டிங் பற்றி அருமைவாக எழுதுகின்றன. வினக்குகின்றன. வாழ்வதற்காக உண்ண வேண்டும். உண்பதற்காக வாழக் கூடாது. ஆரோக்யமா இருக்க வேண்டாமா. ஊணைச் சதை உடல் போய் பார்க்க பனிக் கிவ்னு இருக்க வேண்டாமா. நீங்க என்ன நினைக்கிறீங்க?" தத்துவம் கொட்டியது.

மாணிக்கம் ஒரு பட்ட பூணை. என்ன பேசுவது என்று தெரியவில்லை. பேசாமல் இருக்கவும் பயம். எல்லாவற்றிற்கும் ஆமாம் 'ஆமாம்' என முன் மொழிந்தார். மறு நாள் காலை ஆதரையிலிருந்து எழு வரை காத்திருந்த மாணிக்கம் மெதுவே சமைவலுறப் பக்கம் எட்டிப் பார்த்தார். "அளிதா... காப்பி."

காப்பியே பால், சக்கரைன்னு உடம்பு வெயிட் போட வைக்கின்றது. அதனாலே காவலையேன் + வெதீர் + எ.பழம் சாப் பிட்டா அதிக சதை குறையும். உடம்பு நல்லா இருக்கும்னு புக்ஸ் புடிச்சேன். இத்தாங்க, நீங்கலும் குடிங்க...

மாணிக்கத்திற்குக் காவலில் புளிப்பும் நித்திப்புமான அந்த ஐரில் குடையைப் பிரட்டி வது. காப்பி குடித்து பழக்கப்பட்டதால் தலை 'லின்' 'லின்' சென்று தெறித்தது. ஒன்பது மணிக்கு ஒரு டபரா பப்பாளி பழம். இரண்டு காய்ந்த ரொட்டி துண்டுகள். ஒரு கப் தண்ணி பால் தேரே கடைவிலிருந்து பச்சை காய்கறிகள். (சாலட்டாம்!) இவை காலை; டிபனாக மாணிக்கத்திற்குக் குழம்பியது. "அளிதா நான் சாதாரணமாகத்தான் இருக்கேன். எனக்கு எதற்கு இந்த மாநிரி பெல்லாம்."

"கம்மா இருங்க. நாற்பது வயது ஆகியிட்டாலே ஜாக்ரெதையா இருக்கணும். அப்பறம் கொலம்ப்டரால், சர்க்கரை, இரத்தக் கொதிப்பு என வாரால் அவலத்தை பக முடியும். கோபம் கூட இதனால் தான் வரதாம். அதனால் தான் நாற்பது வயது நாய் குளம் எவ்விராகிகள். ஒழுங்காய் கொடுத்ததை சாப்பிடுங்க."

பெரிய தலைவரிலும் காதை அடைத்தது. ஆயில் காண்டகனை நம்பி மாணிக்கம் கிளம் பினார். ஒரு மணிக்கு அளிதாவிடம் இருந்து போக.

"என்னங்க, என்னாலே ஒண்ணுமே முடியலை. உண்மை இருட்டிக் கொண்டு வருகின்றது. தலைவரில் தாங்க முடியலை. மாணிக்கத்திற்கு மனத்தில் சந்தோஷம்.



கவலை விட்டது. நெம்பாய் பேசினார்.

"இதெல்லாம் கம்மா அளிதா. அவங்க அவங்க உடம்பு வாகுதான் குண்டும் இணையும். நீ என்ன அப்படியா சாப் பிட்டே. பேசாம எப்பவும் போல இரு."

"கரெக்ட், உடம்புக்கு சத்து வேண்டாமோ. இப்படி எவ் வாரால் முடியும். அதுக்குன்னு காய்ந்த கொத்தவரங்காய் மாநிரி இருந்தா நம்மவா இருக்கும். தேவை வான சத்து உடம்புக்கு இல்லைன்னா முடி கொட்டும், நோய்களுக்கும், பஞ்சத்தில் அடி பட்டது மாநிரி இருக்கும். அதனால் நீங்கலும் ஏதாவது வாங்கி சாப்பிடுங்க." என்று சொல்லி தனது சபதத்தை ஒரு பொழுதோடு முடித்துக் கொண்டார்.

நிம்மதியால் வீடு வந்த மாணிக்கத்திற்கு அடுத்த அநிர்சரி, 'தொம்' 'தொம்' என்று கிப்பிங் குதித்துக் கொண்டிருந்தான் அளிதா.

"என்னமோடா, பெரிவவனாய் வட்சன மாய் இல்லாமல் குழத்தை மாநிரி குதிக்கிறா உன் பொண்டாட்டி. நம்மவரிக்கு. எல்லாம்



நீ கொடுக்கிற இடம்" என முதலாய்க் கட்டையில் இடித்துக் கொண்டான் மாணிக்கத்தின் அம்மா.

வேர்த்து இளைத்து இருந்தால் அனிதா, மாமிவாரி பேசியது காடில் விழுந்திருக்க வேண்டும், பாய்பு செயி.

"யாராவது தல்லாறிருந்தா உங்கம்மாவுக்கு பொறுக்காதே. மத்தியான்ம் வருணா வீட்டிற்குப் போயிருந்தேன். வருணா மாமிவாரி வா அனிதா! சூடா இட்லி பண்ணி விடுக்கென், சாப்பிடுன்னா, மல்லிப்பூதான் இட்லி. ஆசையா வேறு கொடுத்தா, நிறைய சாப்பிட்டு விட்டேன். வருணா சொன்னா, 'உயட்டிய, சிவட்டியனு ஏன் உன்னைக் கஷ்டப்படுத்திக்கிறே. டெய்லி சுகிப்பிங் குதின்னா, அதுதான் பெஸ்ட் உடற் பயிற்சின்னா.' அதான் சுகிப்பிங் கயிறு வாங்கிண்டு சுந்தேன். இந்த வீட்டில் எனக்கு யாரி இருக்கா ஒரு சின்ன உதவி பண்ணு. பேச்சு மட்டும் கூடாது கூடலாய். ஒரு சின்ன சுகிப்பிங் குதிக் கிற உரிமை கூட எனக்கு இந்த வீட்டில் கூடலாயது" பெண்ணுரிமைக்கு வாதாடி

னான் அனிதா.

மதுநான் வித்தி வித்தி நடத்த அனிதா வையப் பார்த்தார் மாணிக்கம். "உங்கம்மாக்கு கொண்கி கண்ணு. என் கால் நடக்க முடியுமாய்!" ஆனால் தினமும் கொணல் மாணலாக உடற்பயிற்சிகள் தொடர்ந்தன. வீட்டில் ஒரு வெயிட் மெஷின், காணல் மாணல தன் எடைவைக் கவனித்தான். கையில் ஒரு இஞ்சி டேப்பிடன் சதா சரிவ காலமும் கால், கை, இருப்பு என அளந்து எழுதிக் கொண்டிருந்தான். கைகால் வலி தாங்க முடியவில்லை. இருப்பினும் தொடர்ந்து செயி என வலி யறுத்திய தன் தோழியின் வார்த்தை வேத வாக்காய் காடில் ஒளிக்க உடற் பயிற்சியைத் தொடர்ந்தான்.

மாணல விடு வந்த மாணிக்கம் சோர்ந்து கருண்டிருந்த அனிதாவைத் தட்டி எழுப்பினார்.

"ஆ... ஆ..."  
"என்ன அனிதா என்ன ஆச்சு" பதறி கையைப் பிடித்தார் மாணிக்கம்.

"ஐயோ... கையை தொடாநில்கோ, வலி. கைகால் எல்லாம் வலி, போய் சூடா ஒரு காப்பியோ போர்ன்விடாயோ கொண்டு வாங்க."

"குனிசூக நிமிர்ந்து வீட்டு வேலை செய். தாயே உன் மூடி கச்சிதமா இருக்கும். வீட்டுக் காரன் சம்பாதிப்பதை எட்டு ஆனை வேலைக்குக் கி.கார வைத்துக் கொண்டு சாப்பிட்டா எப்படி செரிக்கும்." முணு முணுத்தாள் மாமிவாரி.

எத்தனை கஷ்டம்! என்ன. இளைக்க முற்படும் போதுதான். எத்தனை விருந்து. கல்யாண சாப்பாடு. எல்லாம் சோதனை. கண் எதிரில் விதம் விதமாக வைத்து விட்டு சாப்பிட்டாதே என்றால் யாரால் முடியும். 'கொழுப்பு பொருட்களை தவிர்த்துப் பாரேன்' வருணாவின் யோசனை.

"ஏங்க ஸ்டீரீயில் அதிகக் கொழுப்பா. இல்லை ஸ்லீட்டியா."

"உன் உடம்பில், மனத்தில்' நினைத்தார் மாணிக்கம். "ஸ்லீட்' மட்டும் சாப்பிடு. அதில் என்ன வெறும் பால், நெய், சக்கரைத்தான். அது என்ன செய்யப் போறது."

அனிதா ஒரு வாரம் நான் ஆயில் வேலையா டில்லி போகணும்.

"நாழல் வாரேன். ஒரு வாரமும் உங்க அம்மா முகத்தைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்க என்னால் முடியாது. அப்படியே டில்லி அன்னைப்பூரணி மாமிவையும் போய் பார்த்து வரலாம்.

டெய்லி சென்ற அனிதாவிற்குத் துணை சென்றது தலைவலி. பீஸ்டர் காப்பி குடித்து பழக்கப்பட்ட அனிதாவிற்கு மனம் பிடிக்க வில்லை. அப்படியே காப்பி கிடைத்தாலும் அது தன் காப்பியின் தரத்திற்கு சடாகத் தெரியவில்லை. ஓடி வந்து உதவின்னா டெய்லி மாமி. டெய்லி மாமி அடக்கம்



எழுந்திருங்கள் என்றென்றும்  
பொலிவுடன்

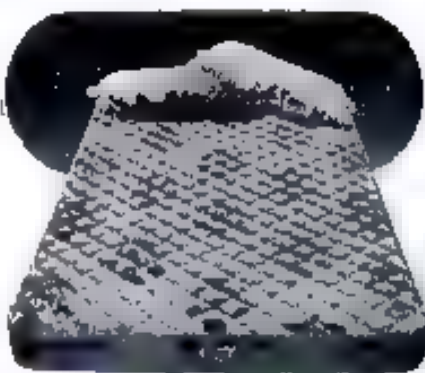


கரல்-ஆன் பெத்தைகள் மற்றும்  
கர்லோபில்லோ தியாரினை இரவில்  
ஆழ்ந்து உறங்குகின்ற கர்ப்பம்  
பெருத்தமான துளைகள், எதற்கு காலத்திற்கும்

பெரு தாள் கள் உறங்குகின்றபடியும்  
வாழ்வாக்கு, துள்ளாக்கு, சொகுசாகவும்  
இருக்குமாறு, உயர்தரமான பொது ஊரல்  
செய்யப்பட் இன்ன கரல் ஆன் பெத்தைகள்  
மற்றும் கர்லோபில்லோ தியாரினை,  
தரத்திற்கு முக்கியம் கொடுப்பவர்கள்  
விருப்பமுது.

கரல்-ஆன் தரமானது, நீங்கள் இதை  
நம்புவாள். இதில் நீங்கள் வரப்போதுதம்  
மிகுந்தவரை உயவு பெறலாம்.

கரல்-ஆன் பெத்தைகள் மற்றும் கர்லோபில்லோ  
தியாரினைகள் பல வகையான  
வண்ணங்களிலும், அளவுகளிலும்  
வெளிகிட்டுரை.



**Kurl-on**

மேதையதம்

**Kurlopillo**

தியாரினைகள்

இதிலேயேயே அதிக அளவில்  
விநியோகமும் துறைகள்

Karnataka Consumer Products Ltd.,

Marketing Division, Industry House, 45, Fair Field Road, Bangalore-1 Ph 260769, 262710

MAKINGCPL/90

வாருக்கு வரும். கங்குடி புடைவையும், மூக் குத்தியும் மதுரை மீனாட்சியை டெய்லி மீனாட்சி ஆகி விட்டது போல் இருந்தது.

“அனித்து... உனக்கு தலை வலிக்கிறதா. இரு நாள் ஐய்முறு ஒரு காப்பி போட்டுத் தரேன்.”

கிழங்கு கனத்தில் டபரா, மாயியின் அம்மா காலத்தியதாக இருக்கலாம். இப்ப எல்லாம் எங்கே இந்த மாதிரி கிடைக்கிறது. அரை விட்டர் கொல்லும் டம்ளரில் துரை பொங்க, ஆவி பற்ற, கம் கமலின்று காப்பி கொடுத்த மாயி அன்னப்பூரணியே தான்.

‘கோல் மஹ’ என்று இந்தியை பேசினா லாம் சாதம், சாம்பார், மோர்மும்புன்னு தமிழ் சாப்பாடும்! “ஊரில் எல்லோரும் செளக்கியமா”ன்னு அழகா பேசற தமிழும் அவரது நாட்டுப் பற்றையும் மொழிப் பற்றையும் பறைசாற்றின. வேலா வேளைக்கு என்ன கலனிப்பு, என்ன உபசாரம், கடற் கட பரிமாறும் அழகே அழகு. ‘அனித்து அனித்து’ன்னு வாய் நிறைவு கூப்பிட்டது காது குனிந்து விட்டது. ஓடி தேடி தமிழ் விடியோ படம் கொண்டு வந்த நிறைமயோ நிறைம.

“அனித்து கரோல் பாக் போகலாமா.”

“அங்கே என்ன அப்படி இருக்கு.”

“தல்ல தல்ல ஸ்விட்ச் கிடைக்கும்.”

“ப்சீ... நான் சாப்பிட்டாதா. அதுவும் இந்த உடம்பை வைக்கண்டு.

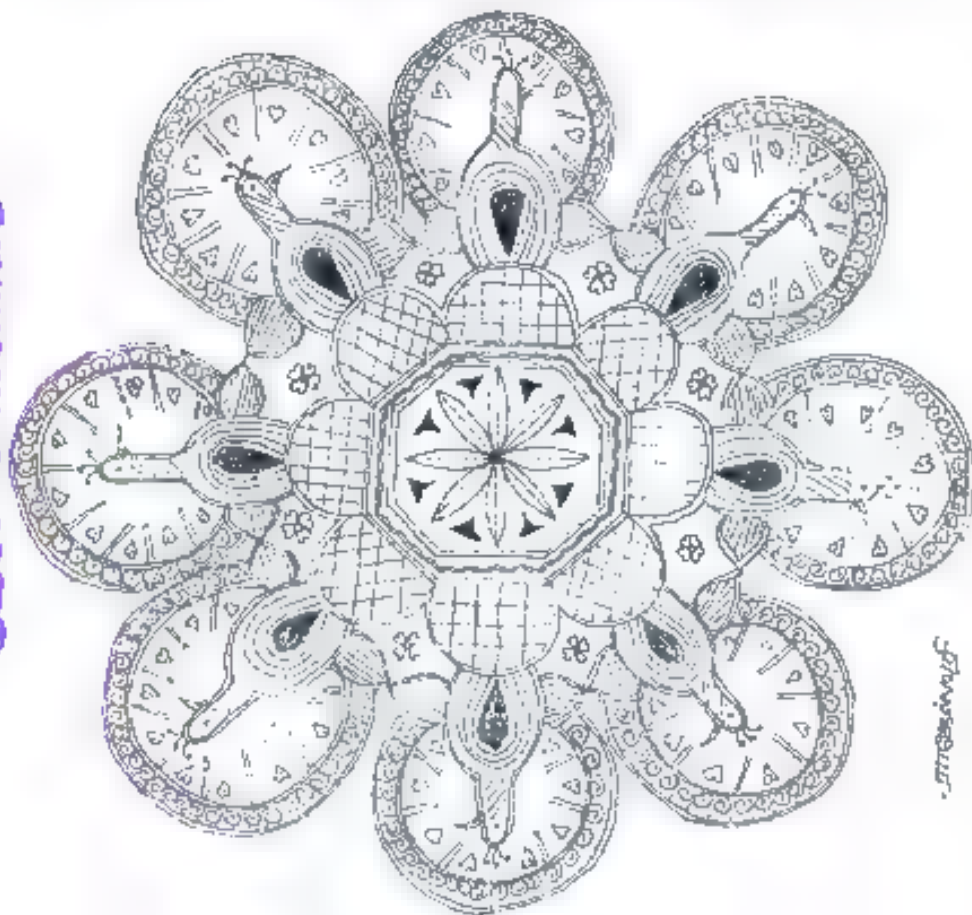
“மனத்தை போட்டு அவுட்க்காதே. குச்சி மாதிரி இருந்தா பார்க்க சலிக்காது. பரிஸனா விடி வேண்டாமோ. இப்படி தேய்க்கு போயிட்டியே. இங்கு ஜிவேரியில் பால் போட்டு கொடுப்பான். குவோப் ஜாழ்ஜா டன் ஐன்கீம் கொடுப்பான் போகலாம் லா.”

அனித்துலின் துரதிரிஷ்டம் எங்கும் இவை கிடைக்கவில்லை. மாயி வாருத்தத்தில் தடித்து விட்டார். மாணிக்கத்திற்கோ காலை முதல் இரவு வரை ஆயில் வேலை. அனித் துவோ மாயிலின் உபசாரத்தில் மிதந்தான். உடலும் உள்ளமும் பூரித்தது. பிரியா விடை பெற்று கைக்குக் கிளம்பினார்.

“அனித்து. அனித்து” இரயில்வே ஸ்டேஷனில் மாயிலின் குரல் கேட்டு விவத் தான் அனிதா.

“இப்பதான் கிடைச்சது. ஜிவேரியும் பாதும் குடா இருக்கு. நீ சாப்பிடாமல் போனால் என் மனசே ஆகாது சாப்பிடு.”

ஊர் நிரும்பிவ அனித்துலின் எடை ஐந்து கிலோ கூடியும் மாணிக்கத்தில் எடை மூன்று கிலோ குறைந்தும் இருந்தது. அனித்து கத்தி னான், ‘ஹெல் வித் டயட்டிங்’.



\* தலம்பர் 89 இதழில் எஸ் மருகனா என்ற சோதரி பச்சரிசி அரைத்துக் கொழுக்கட்டை செய்கும்படி எழுதியிருந்தார். அதன்படி நான் இந்த வருட பிள்ளையார் சதுர்த்திக்குக் கொழுக்கட்டை செய்து, என் வீட்டில் அனைவரது பாராட்டையும் பெற்றேன்.

மணிப்பாவு, வள்ளி ராஜசேகர்.

\* செப்டம்பர் மாத இதழ் இலணப்பில் கமலா என்ற சோதரி 'பயத்தம் புட்டு' என்று புதுப்பண்டம் எழுதியிருந்தார். இதுடன் இந்த பண்டம் முடியவில்லை... புட்டு சாப்பிட்டது போக மீதமிருந்தாலோ அல்லது இதிலேயே தொடர்புண்டதாக புட்டை கையினால் கொழுக்கட்டை போல் பிடித்து இட்லி பாத்திரத்தில் வெக அலத்து எடுத்து விடுங்கள், வெள்ளிக்கொம்பனுக்குப் பண்டக் இப்பொழுது புதுவிதமான 'பயத்தம் கொழுக்கட்டை ரெடி! (அடடா! சதுர்த்தி போய்விட்டதே என்ற கவலை வேண்டாம், நம் வீட்டு வான்குளக்குப் படைத்தாலே போதுமே!)

ஆட்டையாம்பட்டி, தேவமொழி சத்திரசேகரன்.

\* வாகனங்கள் முத்துக்களைப் பற்றி விரிவாக, தெளிவாக, விளக்கமாக தெரிந்து கொள்ள வழி செய்வதென்பது. பொன், வைரம் போன்ற முத்துகளும் தமிழர் நகைகளில் பெரிதும் இடம் பெற வரவேற்போம். வாழ்த்துக்கள்.

தஞ்சாவூர், ஆர். தனலட்சுமி.

\* பெ. நாயகியின் சிறுகதை யான "தூண்டில்" சிறப்பாக இருந்தது.

பெண் என்றாலே பெண் சுதந்திரம் அனுக்குப் பெண் சமம் என்று சொல்லிக் கொண்டு பெண்ணினுடைய தனி வாழ்வில் துணித்து பார்த்துத் துடிப்பவர்களுக்கு ஒரு கவுக்கத்தான்.

கும்பகோணம் - 2, அசத்தி மாதவன்

\* சிறப்பிதழில் வெளியாகியிருந்த கடவுளின் வண்ணப் படங்கள் பூனை அனைத்துப் பெருமை சேர்க்கும்படி வெளியிடப் பட்டிருந்தது.

திருச்சி - 18, ராஜேஸ்வரி ராம்குமார்.

\* அது ரூபாய் விலையான போதியும் அடுத்த வருடத்திற்கும் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளும் வகையில் தவிராத்திரி சிறப்பிதழ் பெருமைப்படும் முறையில் இருந்தது குறித்து மகிழ்ந்தேன்.

பெங்களூர், ப. மூர்த்தி.

\* "காஞ்சன தூளினியில் வீற்றிருக்கும் ஜானகி ஸ்ரீராம ராஜேஸ்வரியின் கட்டுரையும், அம்பாளின் திருவுருவப் படமும் போற்றிப் பாதுகாக்கும் வகையில் மிகச் சிறப்பாக இருந்தது!

தஞ்சாவூர், குந்தாலம் அபிதா.

\* ராஜிகாணின் கட்டுரை படித்தேன். அபூர்த்தி, தன்னம்பிக்கையும், விடாமுயற்சியும், வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட துயரங்களை மாற்றி மேலதிக மூலம் சாதனை புரியத் துடிப்பதும் சிறப்பானது.

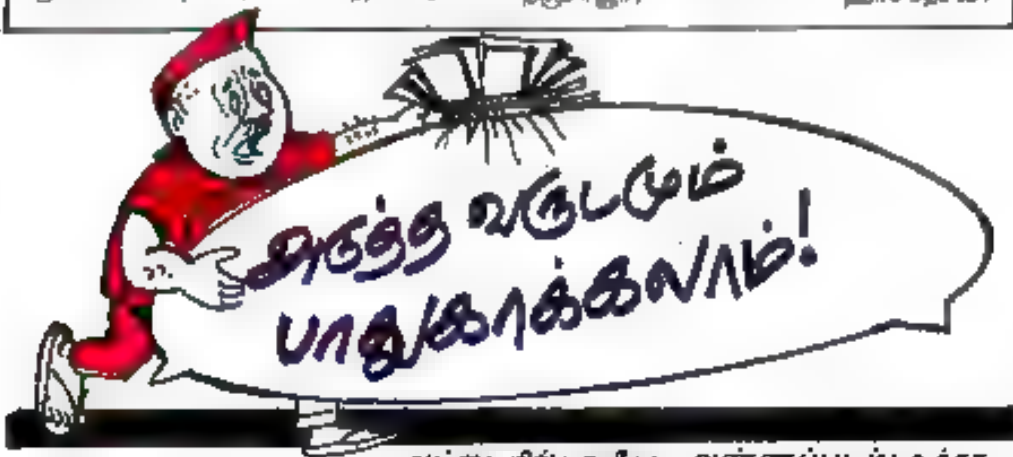
பாண்டிச்சேரி - 1, சத்யா.

\* இவ்வி, தொலை என்று வழக்கமான டிப்பணையே சாப்பிட்டு வந்த எங்களுக்கு, 'பயத்தம் புட்டு' மிகவும் வித்தியாசமான டிப்பணாக அமைந்தது. அவையாகவும் இருந்தது.

செலம் - 1, ரவிபாலாஜி.

\* 'கொடுத்து வாரும் போது...' திருமதி ஜானகி சுந்தரம் வழங்கிய ஆலோசனைகள் அனைத்தும் அருமை. இந்த ஆலோசனைகளை நாம் தொடர்ந்து கடைபிடித்தால், நாம் அனைவரது மகிப்பிலும் உயரவது நிச்சயம்.

ஆலோசனைகளுக்கு நன்றி, தஞ்சாவூர், ஹாசதேவன்.



அட்டையில்: சவீதா - வண்ணப்படம்: சுத்ரா.

# வளரும் வயதில் குழந்தைகளுக்குத் தேவை காம்ப்ளான்



ஏனெனில், காம்ப்ளான், குழந்தைகளுக்கு  
அன்றாடம் தேவைப்படும் ஆய்வாயிய  
ஊட்டச்சத்தை வழங்குகிறது.

குழந்தைகளின் வளர்ச்சிப் பருவம்  
சாதாரணமாக 15 அல்லது 18  
வயதிலே திணிவு பெறுகிறது. இந்த  
வளர்ச்சிக்கு அடிப்படையான  
ஊட்டச்சத்து புரதமாகும். ஆகவே,  
உங்கள் குழந்தைகளுக்கு இப்பொழுது  
காம்ப்ளான் மிகவும் அவசியம். புரதச்  
சத்துக்களிலேயே தலைசிறந்த பால்  
புரதம் (20%) கொண்டது  
காம்ப்ளான். மேலும்  
23 ஆகார உணவுச்சத்துக்களும்  
காம்ப்ளானில் உள்ளன.

குழந்தைகள் ஜனசனியோடு கேட்டு  
அருகிலும் களவகளில் சிவட்கிறதும்  
காம்ப்ளான்.



**காம்ப்ளான்®**

## திட்டமிட்ட பரிபூரண உணவு



## அல்வா ரகசியம்:

அல்வா செய்வதென்றாவே பல சகோதரி களுக்கு பயம். அப்படியே ஹதிராமாகச் செய்பவர்களில் சிலருக்கு அல்வா அல்பி யாக (பர்ப்பதத்தில்) அமைந்து விடுகிறது. வீண் சோதனை எதற்கு என்று சிலர் கம் மென்று இருந்துவிடுகிறார்கள். (சிலருக்கு கம் (பண) போள் ஹதிரா வருவது வேறு விஷயம்).

இதோ அல்வாவின் ரகசியம் சொல்லியே விடுகிறேன் சகோதரிகளே!

## தேவைவான பொருட்கள்:

கால்சியோ சம்பா கோதுமை	
ரவை	2 மணி நேரம் கலு
	வைத்து பால்
	எடுத்து, பானை
	2 மணி நேரம்
	வைக்கவும்.

சர்க்கரை - 1 கிலோ  
நல்லகத்தமான நெய் - 350 கிராம்  
ரவக்காய் - 8  
முத்திரி - 8 (அ) 10  
கேசரி பெளடர் - சிறிதளவு  
கொதிக்கும் வெந்நீர் - 8 லைன்ஸ்,  
பால் - 1 ஸ்பூன்

## செய்முறை:

அடிக்கமான உருளியிலோ, வர்ணலி

விலோ (இண்டோலியம்) சர்க்கரை பாது காய்ச்சவும். கம்பிப்பதம் ஒரு ஸ்பூன் பால் விட்டு, அழுக்கை நீக்கவும் (சர்க்கரையில் உள்ள அழுக்கு மேலே நுரைபோல் வரும்). கோதுமைப் பால் விடவும். மெதுவாக அடுப்பை எரியவிட்டு கிளறவும். கேசரி பெளடர் சர்க்கரையும் கெட்டியாகவர ஆரம் பிக்கும் போது, கொதிக்கும் கடுநீரை ஒவ் வொரு கிளாஸாக விட்டு (ஒவ்வொரு முறை கெட்டியாகும் போதும்) கிளறிக் கொண்டு இருக்கவும். இடைவில் நெய்யைக் கொஞ்சம், கொஞ்சமாக சேர்க்கவும். ஆறுகினால் கடு நீரையும் விட்டுக் கிளறிய பிறகு கெட்டியாக வுருவதே பதம். வர்ணலியில் ஒட்டாமல் நெய்யை கக்கிக் கொண்டு வரும்பதத்தில் நெய்த்தலிய கேக் தட்டில் கொட்டவும் (கிளறும் போது ரவத்தால் சேர்க்கவும்), சிலிய முத்திரியை மேலே கொட்டி அலர் கரித்துத் துண்டு எத்த வேப்பில் வேண்டு மானாலும் போடலாம்.

இந்த முறையில் செய்த நம் அல்வாவின் முன், எந்த ஊர் அல்வாவும் கிட்டே வர முடியாது.

மிச்சர் செய்யும் சகோதரிகளே! பார்க்க அழகாக மிச்சர் இருக்கச் சில யோசனைகள்:

அ) உடைமப்பருப்பை (14 கிலோ) 2 மணி நேரம் ஹைவத்து மூன்று பங்காக நிரி க்கவும். ஒரு தட்டில் போட்டு (1 பங்கை) அப்பின் கிரீஸ் பெளடர் சிறிது சேர்த்துப்



பிதறவும். இன்னொரு தட்டில் ஒரு பங்கை எடுத்து ஆறஞ்சு கலர் சேர்த்துப் பிதறவும். ஒரு பங்கை வெறும்பே வைக்கவும். 5 நிமிடம் வறித்து வறுத்துக் கொட்டவும். மூன்று கலர் வறுத்த கடலைப் பார்க்க அழகாய் இருக்கும்.

அ) கடைவிய் விற்கும் அரிசி மிட்டாய், மரிட்டாவினியா சிறியசேட் (வட்டவடிவம்) கொஞ்சம் வாங்கிப் போடுங்கள்.

இ) இடித்து, சலித்த அரிசி மாவில் வெண்ணை இட்டு, உப்பு இட்டு சேசெத்து, (வெண்ணைப் சேட்டை) சேசெத்து போடல் அளவும் மூன்றாகப் பிரித்து பக்கசு, ஆறஞ்சு, வெண்ணை என்ற கலர்களில் சிறிய சேட்டைகள் உருட்டி, எண்ணெயில் பொரித்தெடுத்து மிக்கரில் வைக்கவும்.

### சேவியா லாடு:

உயர்த்த ரக சேவியா வாங்கி, வெற்று வாணலியில் இட்டு வெண்ணையாக பொரி படும்படி வறுத்து அரைக்கவும். பெனடர் 1 பங்கு எனில் (சலித்து), சர்க்கரைப் பெனடர் 1 1/4 பங்கு சேர்த்து, ஏலப்பொடி, தெய்வில் வறுத்த ஓடிக்க முந்திரி, ப. கற்பூரப் பொடி சிறிதளவு, தேய் எல்லாவற்றையும் கலந்து கருண்டுகளாக உருட்டவும். புது பலகாரம் ரெடி. (சேவியா லாடு எனப் புதுமையாகச் சொல்லலாமே)

### பேஸன் லாடு:

1 கிளாஸ் சலித்த கடலை மாணை 1/4 கிளாஸ் தெய் ஊற்றி வாணலியில் வாசனை வரும்வரை வறுக்கவும். கீழே இதக்கி 1 கிளாஸ் அல்லது 1 1/4 கிளாஸ் சர்க்கரைப் பெனடர் சேர்த்து குட்டோடு உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும். வாசனைக்கு தய்யவ தெய்யே போதுமானது. வேறே ஒன்றும் சேர்க்க வேண்டாம்.

வந்த விருந்தினர்க்கு (தீபாவளி அன்று) உபகாரத்திற்குக் கொடுக்கப்படும் ஸ்வீட், காரம் சாப்பிடப்படாமல் வேண்டாவிட விடுகிறது. அவர்களும் எத்தனை வீட்டில் சாப்பிடு முடியும். ஆகவே இனிப்பு பூந்தியும், மிக்கரும் நிச்சயமாக சேய்ந்து வைத்து சிறிது, சிறிது எடுத்து ஒரு பிளேட்டில் வைத்துக் கொடுங்கள். அவர்களும் வேஸ்ட் செய் யாமல் சாப்பிடுவார்கள்.

உறவினர்களுக்கு, அயல் வீட்டுக் காரர்களுக்கு ஸ்வீட், காரம் கொடுப்போம் அல்லவா! தினாஸ்டிக் கவர்கள் (1 கிலோ கொள் அளவு) கடைகளில் விற்கும். அதை வாங்கி, இரண்டு வகை ஸ்வீட்டை தினாஸ்டிக் கவர்களில் போட்டு கீழே பாதி பாகத்தை மெழுகு வற்றி, அதில் காட்டி மூடி விட்டு மேல்பாகத்தில் மிக்கரி இட்டு, பிதற



முத்தசைக்கு வேர்க்கடலை தின்ப தற்குத் தருவதுண்டா? அதோடு கொஞ்சம் வெய்யும் கொடுங்கள். நீரணமும் எளிதாகும். சித்தமும் தவிர்க்கப்படும்.

— தங்கம்.

மேல் பாகத்தையும் மூடியிட்டு, அழகர்க கொண்டு கொடுத்து விடலாம். இதனால் பக்கணம் கொடுக்க பாத்திரங்கள் தெடும் வேலையும் மிக்கம், பாருக்கு எதில் கொடுத்தோம் என்று மூளையைக் குழப்பிக் கொள்ளவும் வேண்டாம். முதுங் தானே, பாக்கெட் போட்டு வைத்துக் கொள்வதால், தீபாவளி அன்று டென்ஷன் இல்லாமல் திம்மதியாக இருக்கலாம். மேலும் கலர் பேனாக்களால் வெண்ணைத் தாளில் 'Happy Deepavali' என்று எழுதி ஒட்டியும் கொடுக்கலாம்.

சிறு குழந்தைகள் உள்ள வீட்டில் வெய்க்கும் வெடிசைகள் வாய்க்குவதைத் தவிர்த்து, பூவாணம், சக்கரம்போன்றவைகளை வால் கிணால் ஆபத்திலிருந்து தப்புவது மாட்டு மில்லாமல் குழந்தைகளும் பயப்படாமல் விரும்பி, கண்டு ரசிப்பர். அழகான பூ தீபாவளி மலரும்.

1 அடி உயரத்திற்கு 2, 3 மரக்கம்புகள் (உருண்டை) தயாரித்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். கம்பி மக்காய்ப் கம்பிகளை அதில் செருகி, மத்தாய்ப்பக் கொழுத்திச் சொல்லுங்கள், குழந்தைகளான, மக்களும் பயனில்லை. குழந்தைகளும் வாய் இல்லாமல் மத்தாய்ப்பக் கடைவிலரை விடுவார்கள். பூவாணம், சங்கு சக்கரம் இவைகளைத் தள்ளி நிறுத்தி மரக்கம்பின் உதவியோடு விஷ்ணு சக்கரம், சாட்டை இவைகளையும் விடலாம். (என் கணவர் வகு. 4, வகுடம் இப்படித்தான் 2, 3 கம்புகளை முன்பே தயாரித்து வைத்து விடுவார்.)

— கமலா ஜார்ஜ் ராமன்.

“அம்மா!  
ஒரு நற்செய்தி!”



**“நான் விரும்பும் ஃபாரெக்ஸ்  
கிப்போது சிக்கனமான  
விலையில் கிடைக்கிறது!!”**

ஊட்டச்சத்துள்ள கைவயான, பால்  
சேர்ந்த ஃபாரெக்ஸ் வரியல்-இப்போது  
வசதியான கைதாழமான புதிய ரீபில்  
பேக்கிலே.

ரீபில் பேக்கை திறந்ததும்,  
அதிலுள்ளவற்றை உடனடியாக கவர்ப்புப்  
புகைத் துண்டிற்ருள் மாற்றங்கள்.

**ஃபாரெக்ஸ் : கைவயடன் வளரும் வழி**

**200 கிராமிற்கு - ரூ.11/50\***

\* 1150 கிராமிற்கு 200 கிராமிற்கு 11 ரூபாய் 50 பைசா

**புதிய  
ரீபில் பேக்**



# பஞ்சாயத்து

ஸ்ரீ சத்யசாயியின் புனிதமான பிறந்த தினம் தவம்பர் 23 - இல் வகுபிறந். ஸ்வாமியின் அனுபத்தந்தாவது பிறந்த நாளைக் கொண்டு டாகும் அதே சமயம், ஸ்வாமி தன்னைக் கடவுளின் அவதாரம் என அறிவித்துக் கொண்டு இந்தவகுடத்தொடு ஐம்பது வருடங்கள் ஆகிய நன் என்பதையும் தினைத்து மெழுவோம் —

ஓம் ஸ்ரீ சாயிராம்!



அன்பே வநவான நம் ஸ்வாமி ஸ்ரீ சத்ய சாயிபாபா, பல சந்தர்ப்பங்களில் திஷ்டவ உரைகளிலிருந்து, மாநகரிக் கொன்று நெப்பாக அருளிய தத்துவதேவன் கீழே (நிரட்டித்) காப்படுகின்றன.

**அக்ஷயர்க்கு:**

உங்களில்பலர் தியானம் செய்ய விரும்பி யுள்ள அந்நதில் உட்காருகிறீர்கள். சிறிது நேரம் சென்றதும் "மனம் குலியலிசையென ஆண்டவனே! மனம் ஒன்றுவதற்கு நீதான் உதவ வேண்டும்!" என்று அரற்றுவிதீர்கள். இதற்குச் சவமான வழி ஒன்றிருக்கிறது. அதன் மூலம் நீங்கள் மானதைக் குலித்து அதில் பகவானைப் புகுத்திக் கொள்வதற்

**உலகெங்கும் ஒரே மதம்;  
அததான் அன்பு மதம்.**



குப்பதிலாக பகவானையே ஓர் வந்து அதில் புத்தியு கொள்ளிச் செல்வதாம். உங்கள் மனத்தினைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். தூய்மையான உயிர்வந்த இறைவன் தானே விநாயக ஆக்ரொமித்துக் கொள்ளிறான்.

உடவுள் உள்ளம் தவிர கல்வன், உங்கன் உள்ளத்திலே சேமித்து வைத்திருக்கும் புனிதமான எண்ணங்கள், தேவதிக் கிடக்கும் அன்பு, இரக்கம், சேவை மனப்பான்மை, இயற்கை மீது அன்புக்கு அகாதிப் பிரியம், அபாதுரைக் கொண்டுச் செல்வியே அவன் வகுபிறான். ஆனால் இந்த விசித்திரக் கல்வன் கனலாடி அன்பும் இரக்கமும் சேவையும் தூய்மையும் உங்கனிடம் மெலும் மெலும் ஊருத்தியாகும். அவன் பிள்ளும் மீண்டும் கனலாடுவதற்கே தேவன் அபாதுரைச் சேமிப்பீர்கள். அவனும் திரந்தரக் கல்வனாக அங்கே குடிபெருகான்.

விட்டல் விசேஷம், விருத்துச் சேவைவழக்குப் பெரிய பாத்திரங்கள் தேவை என்றால் வெளி இடங்களிலிருந்து உடன் வாங்குகிறீர்கள். திரும்பித் தரும் போது அப் பாத்திரங்

கில் (அரசனின்) அன்பைப் பெற முடியும் என்று அவ்வது மாற்றாத்தால் கூறினான். அந்த ஐந்து வயதுப் பாவகன் காட்டுக்குச் சென்று எடுத்துவந்தவற்றி வரவாறு பண்டம் விட்டான். தவத்தின் பயனாக அவ்வது ஆதார மிக உயர்த்து விட்டான். அவன் கூறினான் "எனக்கு அரசனின் ஆதரவு வேண்டாம். சிம்மாசனமும் தேவைமிக்லை. எனக்கு வேண்டியதெல்லாம் பகவானின் பரமபதம். தான் அமர விரும்புவது பரத்தாமனிச் மரடிகில்."

குழந்தைகளில் இளம் உள்ளங்களில் பத்திக்கும், உயர்த்த வடவெய்க்குக்கும் திரம்ப இடமுள்ளது. இதை தேவன் வளர்த்து அவர்களை தந்தாக வகுவர்க்க முடியும் அவர்களுக்கு ஒன்றுமே தெரியா தென்று எண்ணி விடாதீர்கள் அவர்களுக்குமே அங்கிலிக்குக்கும் திரமையைப் புரிந்து கொண்டு உயர்த்த வடவெய்க்களை நோக்கி அடிபெடுத்து வைக்க அவர்களுக்கு வழிகாட்ட வேண்டும்.

பெற்றோர்கள் மட்டுமே அவர்களுக்கு வழிகாட்டினால் அனைய முடியாது. ஏனென்றால் பெரியவர்களின் புண்கு பிடித்தல், சீட்டாடுதல், குது, விட்டல் உச்சரவு போன்ற வேண்டாத பழக்கங் களைப் பார்த்திறாம். இவர்கள் எப்படிக்குழந்தைகளை நல்ல வழியில் தூத்த முடியுமா? தேவன் (ஆசிரியர்கள்), முதலில் இத்தகைய தூய் பழக்கங்களைக் கைவிடும்படி அத்தகைய பெற்றோர்களைத் திருத்த முயல் வேண்டும்.

இன்று இந்திய கலாச்சாரமும், வாழ்க்கை முறையிலும் குழக்கித் தள்ளப்பட்டு வருகின்றன. உடைகளும், பேச்சும் மனிதத் தோற்றமும் விதோதமாக மாறத் தொடங்கி விட்டன இவைவெய்க்களும் வெய்க்கத் தக்கவை என்று குழந்தைகள் கண்டும்படி படிப்பிக்க வேண்டும், விடுகொள்கும் உயர்களில் ஆபாசமான தவிராட்டிகள் வேறு. இவை குழந்தைகளில் இளம் உள்ளங் களைக் கெடுத்து மெய்ல மெய்லச் சீக்குவனவை ஏற்படுத்துகின்றன. இதைத் தடுப்பதற்குச் சரியான வழி, குழந்தைகளே பெரியோர்களுக்கு இந்த அபாயவந்தை மெய்ல மெய்லக் கட்டிக்காட்டி விழிப்புட்டு வந்துதான் அப்போதாவது அவர்கள் (பெரியவர்கள்) இத்தகைய வினய்பரங் களை வரவெட்டாமல் தடுக்கலாமல்லவா?

இவைவெய்க்களும் குழக்கத்தக்கவை என்ற எண்ணத்தைக் குழந்தைகளின் மனத்தில் ஊன்றச் செய்தாலன்றி இந்த நாட்டின் உயர்த்த கலாசாரம் அதன் பாதாளத்துக்குப் போய் விடும்.

பண்டிடக் காவத்துக் கற்புக்கரிகளாலும் இன்னவை மாந்தருவாறான கல்வனின் ஒழுக்க சிவத்தினாலும் இந்தியா உலகுக்கே ஒரு வழிகாட்டியாகத் தகவழியிடுத்து

"தேவரி ஸரம்ஸ் பாடும் குழந்தைகளைப் புகழ்த்து நாட்டுப் பாடல் பாடும் குழந்தையை மட்டும் தட்டுகிறோம்..."

கனல தந்தாகக் கத்தம் செல்வநானே வகுவிர்கள்! அதுதானே முறை! அபே போலத்தான் இந்தப் பூமியில் உங்கள் வகுநாட்களைக் கொண்டாடுவதற்காக இறைவனிடம் உடனாகப் பெற்ற இதயத்தை (உள்ளத்தை) எத்தனை தூய்மையாக அன்புக்குத் திருப்பித் தர வேண்டும்! அது உங்கள் உய்மையல்லவா?

### ஆசிரியர்களுக்கு:

அனுபவசாகிகளான ஆசிரியர்கள், ஆசிரியர்கள் கூட குழந்தைகள் பரீட்சையில் நோக்கி பெறும் அளவுக்கு அவர்களது மூளையில் பாடங்களைத் திணித்தால் போதும் என்று எண்ணுகிறார்கள். பரீட்சை எழுதி முடிந்ததும் அவர்களைத் தலைகள் காலியாவி விடுகின்றன. தேவன் கற்றுக் கொடுப்பவை அவர்களது இதயத்தைச் சென்றடைப வேண்டும் (மூளையை ஆக்கிரமிக்கச் செய்வதில் பயனில்லை). அப்போது தான் அவர்கள் ஒழுக்க சீலர்களாகவும், சுகுந்திதரப் பாய்ப்படக் கூடியவர்களாகவும் உருவாக முடியும்.

துருவனின் உதாரணத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். "தவம் செய்து உடவுளில் அருணைப் பெற்றார்களால் தேவனு தந்த

நிற்கிறது. இந்தப் புண்ணிய தாட்டின் பெயர் நினைத்து நிற்க நீங்கள் தான் தமது பண்பாடுகளாகக் கட்டிக் காப்பதில் கருத்தாக இருக்க வேண்டும்.

இதில் தாய்மார்களுடைய பங்கு முக்கியமானது. வீட்டில் குழந்தைகளின் உடலமைப்பைப் போஷிப்பதோடு நின்று விடாமல் குழுவாக இருந்து அவர்களது உள்நாத்தில் பொறித்து விடக் குழும் இறையணர்வதைத் தட்டி வெழுப்ப வேண்டும். ஏனென்றால் குழந்தைகள்தான் எதிர்காலக் கழுதாயம் என்ற கட்டிடத்தைத் தாங்க வேண்டிய தூண்கள். அவர்கள்தான் நம் தெய்வ விகுட்சத்திக் கோர்கள்.

ஆனால் அவர்கள் (குழந்தைகள்) உரிய முறையில் வளர்க்கப்படுகிறார்களா? உரிய முறையில் கற்பிக்கப்படுகிறார்களா? யோசிப்புகள், நினைவியோக்கள் பாடும் குழந்தைகளைப் புகுத்து வாட்டுப் பாடல் பாடும் குழந்தைகளை வாட்டம் தட்டுகிறோம். இவ்விதம் படித்த குழந்தை கிராமத்துக் குழந்தைகளைக் காட்டிலும் குறைவாகச் செல்கிறார்கள்.

வயதானவர்களின் பயணம். இன்றும்கிறும் நேரத்துக்குத் தான். ஆனால் என்னவென்று சொல்லுகிறார்கள்? இந்தத் தேசத்தைவே வழி நடத்திச் செல்ல அவர்கள் வேண்டுமே? அவர்களுக்கும் இன்ன வேற்றுமைகளிலே இரட்டைப் படை விலகலு இருக்கிறார்கள் வேண்டுமல்லவா?

தமது பரம்பரைக்கள் மாதா, பிதா, குழந்தைகளின் கைகள் செல்லத்துக்குச் சமமாகப் பாவிக்க வேண்டும் என்று குழந்தைகளுக்குப் போதிக்கார்கள். என்ற தாளையும் தந்தையையும் தெய்வம் என்று அவர்களுக்குச் சிறு வயதிலேயே போதித்து அவ் மனத்தில் பதிந்து, வழி வழியாக வந்து விட்டதென்றால் பிறகு தலைமுறை இடைவெளி என்ற பேச்சுக்கு இடமேது?

**மனையும் வீதும்:**

**(மனையியல் கல்லூரி மாணவர்களிடையே பேசிய போது...)**

மாணவிகளான நீங்கள் வகுங்கால ஏழைக் நல்லவிகளாக விளங்குகிறீர்கள். உங்களுடைய தாரணங்களைப் பிறி மாதர்கள் பின்பற்றுகிற அளவுக்கு உங்களுடைய தூண்கள் உயர்ந்திருக்க வேண்டும். ஆனாலும் நீங்கள் தமது கலாசாரத்தைப் பற்றிப் புரணமாகத் தெரிந்து கொண்டு அதை நடைமுறையிலும் பின்பற்றிப் பாடுகாக்க வேண்டும்.

கல்வி என்பது செம்மையான வாழ்க்கைக்காவே என்று அமைப வேண்டும். வெறும் வயிற்றுப் பிழைப்புக்காக மட்டுமே என்று ஆவியிடக் கூடாது. இந்திய வரலாற்றில் தூண்வாண்டு களாக பெண்கள் பிறம்ம

**"வீட்டுப் பட்டுடை சரிக்கட்டினால் மட்டும் போதாது. மனையியல் தாயும் எல்லா விஷயங்களிலும் சரிக்கட்டி ஒத்துப் போகின்ற கலைவையும் கற்க வேண்டும்."**

நூலாந்திலும் விஞ்ஞானத்திலும் ஒழுக்க நிலத்திலும் எடுத்து தங்கள் எதிரியத்தையும் தீர்க்க நினைத்ததையும் அறிவுத் திறனையும் நிலைநிறுத்த எண்ணுகள் எண்ணற்றவை.

மைத்தா, மீரா, கார்த்தி, எல்லா, சூடாலா, மதராசேனி, ஆண்டாள் ஆகிய மாதர்களின் ஆண்டவனை அடைவதற்காக மேற்கொண்ட ஆண்டிகள் பெருமையாகச் சென்ற எடுத்துக்காட்டுகளாகும்.

பழைய நூல்களிலும், காலியங்கலிலும் பெண்கள் இல்லத்தின் செனபாக்கிய தேவனையாக வரணிக்கப்பட்டுள்ளார்கள். அவள் கணவனின் தொழி, இல்லற தர்மம் களைப் பூர்த்தி செய்பவன். நீங்கள் குடும்ப விஞ்ஞானம் கற்றுக் கொள்ளும்போதே, குடும்பத்தை மகிழ்ச்சிகரமாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் வைத்துக் கொள்ளப் பழகிக் கொள்ளலாம். இதோடு நீங்கள் பழகிக் கொள்ள வேண்டியது இன்னொன்றும் உண்டு. அதுதான் - குடும்பத்தில் ஏற்படக் கூடிய வெறுப்பு, பேராசை, கோபம், கவலை, கரிவம் முதலான அமைதிக்கு கனது செய்யும் தடைகளை வாய்க்கமாகச் சமாளித்தல்.

வீட்டுப் பட்டுடை சரிக்கட்டினால் மட்டும் போதாது. மனையியல் தாயும் எல்லா விஷயங்களிலும் சரிக்கட்டி ஒத்துப் போகின்ற கலைவையும் கற்க வேண்டும். அப்போதுதான் குடும்பத்தின் சுக சூக்கம் களையும் ஏற்றத் தாழ்வுகளாலும் பாதிப்பு ஏற்படாமலிருக்கும். இந்த ஒத்துப் போகின்ற விஷயம் கடவுள் மீது முழுமையான நம்பிக்கையும் பக்தியும் இருந்தாலன்றி சித்திகளாது.

நீங்கள் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய மற்றொரு கார்த்தகை தெறி புறனடக்கம். புலன்களுக்குச் சுதந்திரம் கொடுத்து விட்டார்களானால் அவைகள் தறிக்கெட்டு ஒடி உய்

களைத் துபத்தியும் ஆழத்தி லீடும். கண்ணுங்  
காலும் தாலும் காட்டுக் குதிரைகளைப்  
போல. திவானக் கண்களையப் பழி புலன்  
களை அடக்கி. உங்கன் உயிருக்கும் மனையே  
நிதம்பி விடுங்கள். உணர்வுகளும் மன  
வழக்கிலும் அபு விய அமைதியான மனத்  
தில் ஆனந்தம் பெருகு களை உணர்வீர்கள்.  
உங்கன் இதயத்திலிருந்து அன்பு இயற்கை  
மாக உற்றிடுகிறதுப் பெருகி. கண்ணவரை  
ஏழ் மகிழ்ச்சிக் காலில் ஆழ்த்தும்.

தேவன் தேவர்ப் பசுவைக் கடிக்கிறீர்கள்  
உங்கன் வீட்டிலிருந்து இத்த தேவர்ப்  
பெய்து மாறுபட்ட லீடு என்பது அன்பு  
நிறைந்தது அன்பு என்பது இயக்கம் இறைத்  
தன் ஆனந்தமாக அன்பும் ஆனந்தம் கடுர்  
களை வீடு வீட்டில் காத்திவை திராபுகின்  
றன் செங்கற்களாலும் உண்ணாமல்  
கண்ணவராக கட்டாயம் வெறும்  
வட்டத்தில் உங்கன் பெற்றோரும் துழந்தை  
வருமலிக்கலாம். ஆனால் அது வீட்டாகது  
துழந்தைவருக்கும் பெற்றோருக்கும் அதில்  
காத்தி இவை ப்பதும்மக.

பெருத்த பெண்கள் தங்களை  
இலகுவகளை நோட்டக்கலக மாத்தி  
வீட்டிற்குமின்றனர். கணமக்காரம்.  
தோட்டக்காரம். பணிவாரம். ஆவம்.  
காடி குதிரை நடமாடக் கொண்குருக்க  
அவன் பொம்மை போல குதர்க்கும்  
நெடுக்கும் உலா வருகிறான்.

கண்ணனை அறிவாரம் செங்கும்

பெண்களும் உண்டு. கார்ப்பிப் புண்ணுவதி  
லும் இவ்வடம் போல செலவு செய்கிறதமாக  
பணத்தை விரயம் செய்கான் கதரத்தில்  
தனது டம்பத்தைக் காண்பிக்க பாட்பு  
வருக்குப் போலான். கதரணயான விவாதி  
வருக்கு ணத்தியம் செய்து கொள்வான்  
கணவரது க்கும் குழித்ததைக்குப் அவன்  
பெருத்த பாறமாகிறான்

காழ்க்கை காழமாகிறதுப் பணம் கம்பா  
திப்பது இன்றியமையாததுதான். ஆனால்  
இக் காலத்தில் கெடுவது போல கணவன்  
மனைகர் இறவாதுபே. அதுவலகத்திற்குப்  
கொட வேண்டிய குழினைகல்கி குழினைகல்கன்  
ஆவர்க்கள் மடிவிறும் பணிவானர்கள்  
தொன் கலியும்வளரிலின்றன் அவர்களுக்கு  
(குழினைகல்கிக்கு) அப் பணிவாட்கலின்  
பாணகல்கியை பழக்க வழக்கங்களும  
பாடிதில் ஆக்கியமென்ன? தாலும் துழை  
வும் துழந்தைகளைப் பொறுத்தமாட்டான்  
எப்போதோ தனவாடும் இப்பது மனிதராகி  
விடுகின்றனர் அவர்கள் உண்ணும் கணவு.  
அண்ணையின் அன்புக் கரங்களைக் கணம்  
கப்பட்டு கணவனோடு கண ப்பபடாத தினை  
வீக் குழினைகல்கின் தனவாடக் கொட அது  
பாதிக்கத்தான் செங்கும்

இத்தனை பெற்றோர்கள் இருக்கும் வீடு  
குழந்தைகளைப் பொறுத்தவரை தினைவிய்  
வைத்து மகிழக்கூடிய வீடு இருக்க முடி  
வாக.

இப்போதெவ்வாட் பெண்கள் அதிக  
அண்ணை தனிக் கல்வி முறைகளைக்  
கற்பதில் முனைத்திருக்கின்றனர் அவர்கள்.  
ஆபீஸ்களிலும். பள்ளிகளிலும் கொழி  
காலைகளிலும் பணிபுரிகின்றனர் மற்ற  
துறைகளிலும் அவர்கள் சபா பதவிகளில்  
உள்ளனர் ஆனால் இவர்களில் பெரும்  
பாலொரும். சேவை மனப்பான்மைபோடு  
கத்தியோகத்தை ஏற்றுக் கொண்டவர்கள்  
அவ்வ. அவர்களுது வட்டியமெல்லாம்  
மேலும்மேலும்வசதிகள் ஆனால் இப்படி  
பெண்கள் வேலை நோடி ழுட்காலை வீட்டை.  
நடத்துவது வாகி குழந்தைகளின் கடு  
வண்ணவது கணமயல் வேலை எப்படி வுக்  
தும்? அதிகமாக பணம் வருவாம். ஆனால்  
அவ்வாக சங்கட வகையும் வருமே! சொந்தி  
யும் தக்டபும் ஏற்படுமே! வேலைக்குப்  
போரும் பெண்களுக்குக் கொல்விக்  
கொள்ளக்கூடிய அனவுக்குச் சத்தோஷம்  
இதப்பதிலுறவ

படித்த பெண்கள் தங்களை அறிவையும  
நிறையையும். குழந்தைகளை ஆயோக்கிய  
முன்னர்களாகவும். நேர்மையானவர்களாக  
வும். தேசப் பற்றோடு கடிவானவர்களாகவும்.  
வளர்ப்பதில் செலவீடு வேண்டும். அத்  
தனகவ குழந்தைகள் வயது அட்டிக்கும்  
கலாசாரத்திற்கும். சமுதாயத்திற்கும்  
உபயோகமுள்ளவர்களாக பதிக்கப்படுவார்  
கள்.



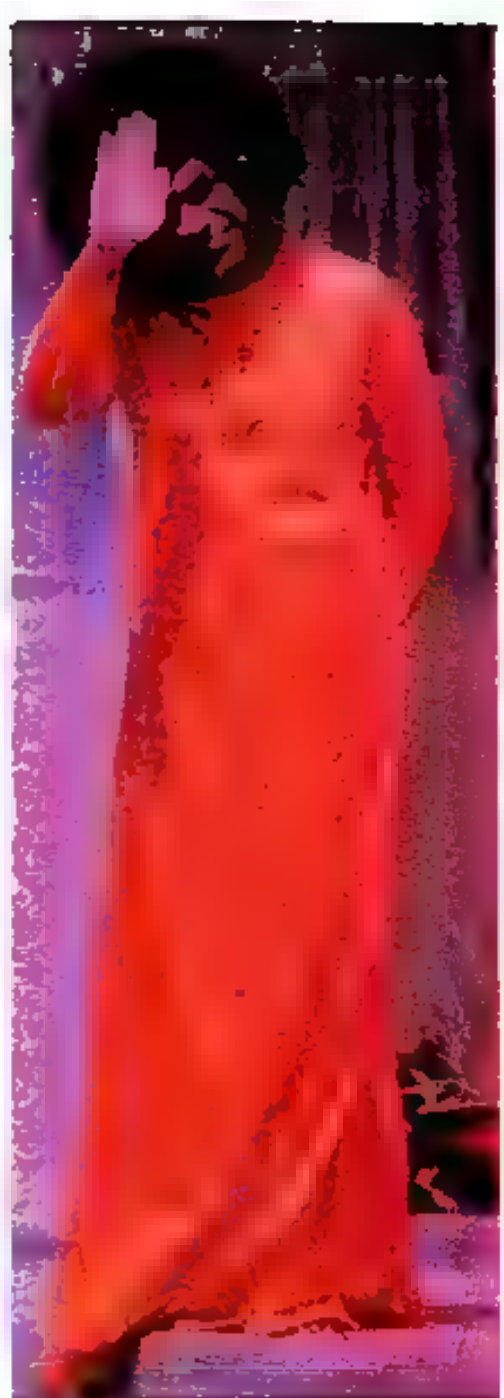
பண்டி சம்பாதிப்பதுதான் கல்வி கற்றதன் முடிவு என்பதல்ல. எத்தவழியிலாவது பண்டி திரட்ட வேண்டும் எத்தனை வேகமாக முடிவுமோ அத்தனை வேகமாக என்ற பேராசைதான் இந்தச் சமுதாயத்தில் தான் இன்று காணும் இத்தனை கொடுமைகளுக்கும் காரணம். "பண்டி கல்வத்தை வளர்க்கிறது. கல்வம் வெறுப்பை வளர்க்கிறது."

ஒவ்வொரு வீட்டின் மையப் பகுதியிலும் ஒரு பூண்டு அறை அவசியமாக இருக்க வேண்டும். அங்கிருந்து கிணற்பும் காயுவத்திலின் மணம் வீட்டுக்குள் பரவி, புனிதப்படுத்த வேண்டும். அத்தக் கோலிவதான் வீட்டின் இதயம் என்பதை, அம் வீட்டின் தாய் வலியுறுத்த வேண்டும். ஒவ்வொருக்கூட்கள் விஷயத்தில் அவள் குழந்தைகளிடம் கண்டிப்பாக இருந்து அவர்களுக்குச் சத்தம், அடக்கம், விருத்திதாம்பல் பெரியோர்களிடம் மரியாதை ஆகிய தற்குணங்களைப் போதிக்க வேண்டும். தினமும் காலைவிலும் மாலைவிலும் தவறாமல் அக் கோலிலில் பிரார்த்தனை செய்வ அவர்களுக்குப் பற்றிதான் வேண்டும். அவரவர் மதத்திற்கேற்றவாறு விசேஷ தினங்களை கோலிலில் கொண்டு வர வேண்டும். குழந்தைகள் மனத்தில் இவை ஆழப்பதிந்து விடும் கணவன் முரடனாக இருப்பினும் கூட, தடுப்பதற்கு ஒழுங்குமுறைகளையும், கோலிலில் திணைப்பிரார்த்தனைவால் கிடைக்கும் அமைதியையும் கண்டு நாளடைவில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவனும் வழிக்கு வந்து விடுவான் என்பதில் சந்தேகமே இல்லை.

தாயின்பவன் குழந்தைகளின் கல்விப் பொறுப்பை ஆரம்ப காலங்களிலிருந்தே ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். ஆலாபிடம் ஒப்படைக்கப்பட்ட குழந்தை, அவனது வாழ்க்கை முறை, பழக்கங்கள் பேச்சு முறை ஆகியவற்றைக் கற்றுக் கொள்வது மட்டுமல்லாமல், அந்த ஆயா இறக்கும் போது நான் அதற்கு அழத் தொடங்கும், சொத்தத் தாய் இறக்கும் போது அதற்கு அழக்க வருவது கூடத் துல்லாய்ந்தான். குழந்தைமைத் துறை உறுவதில் பொருளில்லை. அந்த அளவு அது ஆயாவை நேசிக்கிறது. தனக்கு உபத்திரவம் என்று ஆயாவிடம் தன்னைப் படும் குழந்தைகளுக்குத் தாவிடம் அன்பு ஏதே வாய்ப்பு ஏது?

உங்களுக்கு மனை இல்லப் பாடத்திட்டத்தில் சமைப்பதும் கட்டடச் சத்துக்களும் சேர்க்கப்பட்டுப்பது குறித்து நான் மகிழ்ச்சியடைகிறேன். உங்கள் கணமயல் அறிவை நீங்கள் ஹிடெங்கும் பரப்பப் போகிறீர்கள், ஒப்புக் கொள்கிறேன். ஆனால்,

"உமது வகைகளில் வந்தவ குணம், சிறோ குணம், தாமச குணம் ஆகியவற்றின் பாசுபாட்டையும், மனித குணங்களின் மீது அவைகளுக்குள்ள ஆதிக்கத்தையும் நீங்கள் புரிந்து கொள்வது அவசியம்."



மனித ஆரோக்கியத்திற்கு மட்டுமல்லாது ஆனந்தத்திற்கும் மனம்தான் திறவுகோல். ஆகவே மனித மனத்தை ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்கக்கூடிய உமது வகைகளைத் தேர்ந்தெடுப்பது மிக முக்கியமானது. கூடல் ஆரோக்கியத்திற்கு சமன் செயல்பட்ட உமது நன்மையின்றி முக்கியமானது போல் மனவனத்திற்கு மிகவும்





தேவையானவை திரானம், சீராத் தனையும ஆகிய உணவுகள்.

தாயென்பவன் வீட்டில் சமைத்து அதை உணவாகவும் உபயோகித்தான். இதுபோன்ற உணவுகளில் கூட பெண்களை தயவு மறாமலே களைத்து தயார் செய்வதற்காக நியமிக்கிறார்கள். அங்கணவர்களை உயல், தாய் தனது பாசத்தை வீட்டின் ஒவ்வொரு துறா பீதியும் பொழிந்து. இந்தத் தேசத்தின் எதிர்காலத்தையும் உலகமாத் தையும் உருவாக்குகிறான் வீட்டுக் குழந்தைகள், ஏன் வளர்த்த பிள்ளைகளும், பெண்களும் கூட திராடும் காலையில் அவர்களைத் தினசரி வேலைகளைத் தொடங்குகிற தாய் தந்தையர் களைத் தொட்டு வணங்கட்டும்! வீட்டில் ஒரு எண்ணியமான குழந்தைவ ஆறம்பமாகி விடும். ஐந்து நிமிடங்கள் வீட்டுப் பூசை அறைவில் தலவராமல் பெற்றோருடன் வணங்குகது என்பதைத் தினசரி நிபமமாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

விடு என்பது ஒரு கோலில் தாயென்பவன் தான் உடவுவீன் இந்த வீட்டின் தலைமையப் பூனரினீ. அடக்கம்தான் அய் வீட்டில் கமழ்கின்ற தெய்வீக மணம். மரியாதை என்பது அக் கோலினில் ஏற்றப் படும் விளக்கு. அப்பே அய் விளக்கில் பெய்யப்படுகின்றது. நம்பிக்கைதான் விளக்கில் இருக்கிற. உங்கள் வாழ்வாடின் ஆண்டு வரை நீங்கள் திறமைய இக் கோலினில் வழிபாட்டில் சிரத்தையோடு செய்விடுங்கள். உங்களது நம்பிக்கையும் பத்தியும் சிரத்தையும் பன்மட்டு வரை வேண்டுமென்று தாய் ஆகி உருகிறோம்!

ஒரு நாடு ரீதியானது பூசனெற்றமடைத்துள்ளது என்று அறிவ வேண்டுமானால், தாய்மாரினைச் சலையுங்கள். அவர்கள் பவத்திலிருந்தும் உணவாகவி இருந்தும் விடுபட்டிருக்கிறார்களா? அவர்களைப் பூசுபு நினைத்திருக்கிறதா? தேர்மையும் புண்ணியமும் அவர்களைத் தடத்தையில் மிளிர்கிறதா? தாய் எப்படியோ அப்படித் தாய் தேசத்தின் பூசனெற்றமும். அவளைத் குணமுடன் காண்பு பொறுத்துத்தான் தட்டில் உணவ வளர்க்கியும்.

அன்பு மணம் கமழ்த்த வீடுகள் இப்போது கோவை இழந்து விட்டன. தாயும் தந்தையும் சுகோதரரும் சுகோதரினும், கற்றத்தையும், பணியாளர்களும் சேர்த்து வசித்த அருமையான வீடு ஒருவர் மத்தொரு

வருடைய உபாஸத்தைப் புரிந்து கொண்டு ஒற்றுமையாக வாழ்த்ததெல்லாம் போய் விட்டது. ஆண்டவனுக்கும் இன்றைய வீடு கனிக் கோலில் கிடையாது. அப்படி இருத்தாலும் எங்கோ சமையலறையின் ஒரு மூலையில் ஒதுக்கப்பட்டு விட்டது. அங்கு எவரும் போய் திராடும் பண்ணவோ, பிரார்த்தனை செய்வவோ முடியாது. பூசைகள் நடத்த எம்மளம் கொடுத்து ஒரு புரோகிதரை வைத்து விடுவார்கள்.

நீங்கள் செய்வ வேண்டிய பணி என்ன சமையல்காரர்கள், ஆவர்க்கள், வேலைக் காரர்கள் ஆகியோரைக் கொண்டு செய்வித்துக் கொள்ளுதீர்கள். பெண்ணாகிய நீங்கள் உங்கள் பொறுப்புக்களை நீங்கள் செய்வதுதான் சிறந்தது. குழந்தைகளையும் உணவாளையும் சலையித்துக் கொள்வது உங்கள் பொறுப்பு. பூசையும் அப்படித்தான். மற்றவரைக் கொண்டு பூசைகள் நடத்தினால் உங்களுக்கு ஆன்மீகமாம் கிடையாதுதப்பது?

வீட்டு வேலைகளைவைத்ததையும் இறைவனது பூசை என்று நினைத்துச் செய்யுங்கள். மனக்களக்கில் திரானம் செய்வதை விட இது பயன்தரக்கூடியது. கூலி கொடுத்துப் பூசை செய்வது நீங்கள் ஒய்வெடுத்துக் கொள்ள எண்ணுவது ஆன்மீகத்து தன்மையைத் தராது.

இங்கே அநேக மாதர்கள் உருவிக்விடுகிறார்கள். அவர்களுக்கு ஒன்று கூற ஆசைப்படுகிறோம். குழந்தைகள் உயர் கட்டுப்பாட்டோடு வாழ்வதற்கு தீர்மானம் அதற்குத் தேவையான குழுக்கத்தைப் பரிந்துவிக்க வேண்டும். ஆனால் உங்களது பொறுப்புக்களைச் சரிவர நினைவேற்றாத காரணத்தால் இந்த உணவொழுக்கப்பவரினையதீக்கள் அவர்களுக்குத் தாள் தவறிவிட்டார்கள். அதன் பயன், குடும்பத்தில் பரபரப்பும் உணவையும் மிகுத்து காணப்படுகின்றன. சினிமாத் கொட்டகையோ, டை விடுவோ, எக்ஸ்பிரெசோ எங்குமே பெண்களுக்குப் பேசுகதால் பெரியதாக இருக்கிறது. ஏன், கோலினிலும் சதசங்கக் கூட்டங்களிலும் கூட அவர்கள் வீண் பேச்சுக்களைத் தவிர்ப்ப நிலை. குழந்தைகள் இப்பழக்கத்தை அவர்களிடமிருந்து கற்றுக் கொள்கின்றனர். அவர்கள் பெரியவர்களாகும் போது, பெரிவோர்களுக்குமே, சதசங்கங்களுக்கும் மரியாதை கொடுக்கத் தவறிவிடுகின்றனர். ஓவாமல் உரக்கப் பேசி எங்கும் அசாத்தியமும் பரபரப்பையும் உண்டாக்குகின்றனர்.

**சரி பாரதி - மேலான பாதி அய்யர்**

இந்தக் கூட்டத்திற்குக் (பெண்) குழந்தைகள் மட்டுமல்லாது அவர்களைத் தாய்மார்

கனம் அமைச்சுப்பங்குப்பது கண்டு தான் மலிந்திருக்கிறேன்.

பெண்ணுக்குரிய உண்மைதான் 'மனைவி' என்ற அத்தனையும்தான். முதலில் 'மனைவி' பிறகு 'தாய்'. இத்துத் திருமணம் களில் கொள்ளப்படு மனைவியின் கலப்பாதி கணவனும், இடப்பாதி மனைவியுமாகிறான். ஆக, கணவனும், மனைவியும் - ஒன்றுக்கொன்று துணைபுரியும் - ஒரே உருவத்தில் - இரண்டு சரீராதிகள்.

மகா சாஸ்திர பண்டிதரான மண்டலமீரர் ஆதிசங்கரரை வாதுக்கொழுந்தார். இவர்களுக்கு வாதுப் பிரதிவாதங்களைக் கேட்டு, மதிப்பீடு செய்து வெற்றி வாடுக்கு என்று தீர்மானிக்கும் பொறுப்பு மண்டலமீரரின் மனைவியான உதயபாரதிமீடமே ஒப்படைக்கப்பட்டது. தீதிபதி ஸ்தானத்தையாதத்தில் பங்கேற்பவருடைய மனைவியிடமே ஒப்படைக்கச் சங்கரர் சம்மதித்தார் என்றால், அது உதயபாரதியின் அப்படித்தந்தைநேர்மைக்கும் அவளது அபாரமான அறிவுத் திறனுக்கும் சங்கரர் மதிப்புக் கொடுத்தார் என்றுதானே பொருள்?

சங்கரரும், மண்டலமீரரும் வாதம் புரிந்து கொண்டிருந்த நேரத்தில், மீரரின் மனைவி குடும்ப விவகாரங்களைக் கவனித்தவியல்வென்றா தினக்கிரகன்? அப்போதே கூட அவன் வீட்டுக் காரியங்களைக் கடுபாடு கொண்டதானிருந்தான். அவன் மகாமேதைதான், அதற்காகக் கணவனுக்குச் சமைய்ப்பதையும், வீடுதேறும்பதையும் அவன் கவனிடவில்லை. வாதம் புரிவோரின் கருத்தில் மலர் மாலைகளை அணிவித்துவிட்டுத் தம் பேசுவகையைக் கவனிக்கச் செல்லுவதில்தான், வார்த்தை மாலைவாடுகிறதோ அல்லாதோற்றவார்களைச் சென்றி யனாடந்தவரின் மாலை வாடாது என்று அறிவித்தான் அவன்.

இறுதியில் அவன் தீர்மானப் பிரகாரமே தோற்றது அவளது கணவர்தான் என்றுகண்ட போது அவன் சங்கரரிடம் கூறினான். 'பொறுங்கள், என் கணவரை வென்றதில் நாங்கள் வாத்தத்தில் பாதி வெற்றிதான் அடைந்துள்ளோம். நான் என்று கணவரின் மூலப்பாதி - என்னையும் நாங்கள் வென்றால் நான் தீங்கு முழுமைவான வெற்றி பெற்றதாக ஆகும்' என்று அறைகூவல் வீடுத்தான்.

பாரதி உங்களுக்குக் கவலாம் எத்தகைய மகத்தான வறிகாட்டியாக இருக்கிறான்!

**தமிழ்நாடு சத்தசாமி மகவீர உறுப்பினர்களுக்குப் பகவானின் அருளுரை:**

சாதாரணமாகப் பெண்களுக்கு ஒருவர் வீது ஒருவர் குறைகறிக் கொள்ளும் தன்மை உண்டு. அப்படியுப்பட்டவர்களுக்குச் சத்த

சாமி திருவனத்தில் முடமில்லை. பேற்றமைமைச் சிறப்பாகச் செயல் முடியும். ஒருவரோடு ஒருவர் ஒற்றுமையுண்டாவோடு இணைத்து எவியோருக்கும், தனிவற்றோருக்கும் உதவும் ஒரே குறிக்கோளோடு செயல்பட வேண்டும். கவதவதோக்கமின்றிப் பொது சேவை செய்யும் போது எவ்வோரிடமும் உள்ள இறைவனையே தீங்கு பார்க்க முடிய வேண்டும். அவர்களது கர்வத்தைப்போ அன்றி அவர்களுக்கு செங்கணையையோ அல்ல. ஒவ்வொருவருக்குள்ளும் கடவுள் இருக்கிறார் என்பதை உண்மையாகத் தங்கம் தம்பினால் மற்றவரைப்பற்றி எப்படித் தாழ்வாகவோ, குறைவாகவோ பேசத் துணிவிடுங்கள்? அவர்களைத் தூற்றுவது கடவுளைத் தூற்றுவதுக்கொப்பானதே யங்கவா?

உங்களுக்குள் ஒற்றுமைமிகவும் மூக்குவியம். அது ஆண்கள் ஒத்துப் போகலாம். ஆனால் மூன்று பெண்கள் ஒத்துப் போக மாட்டார்கள் என்று ஒரு பழமொழி உண்டு. இதைப் பொய்யாக்கவேண்டியது உங்கள் பொறுப்பு. பெண்மணிகள் மிகச் சிறப்பாகச் சேவை செய்கிறார்கள். ஆனால் கணநேரத்தில் வெறுப்புணர்ச்சிக்குட்பட்டு விருவதால் எங்காமே விவாதி விடுகின்றன.

### சேவைவீல் பொறுமை:

சிக்கலானிருக்கும் தூய கண்டுகிருந்து தூய எடுக்கப் பொறுமைமுடன் அந்த தூயின் ஒரு முகையைப் பிடித்துக் கொண்டு மெதுவாகச் சிக்கலை நீக்கிக் கொண்டு வர வேண்டும். அப்படியே சிறு பொட்டு விட்டால் சிக்கல் அதிகமாகிவிடும், சேவை செய்வதில் பொறுமை இன்றியமைவாதது. பொறுமையிறுத்தால் சேவை செய்வதில் பயனில்லை. தியாகராஜரும் தமது சீர்த்தனையில் "சாத்தமுலேகா சௌக்யமுலேது" என்கிறார். சாத்தியில்லாவிடில் கடுமே இல்லை.

அவ்வாறப்போது தாலதாக்கும் அஞ்ஞானவாயும், அகங்காரத்தையும் எனவிட்டு, பிறரைப் பற்றி அவதூறு பேசும் வழக்கத்தை மும் திறந்திவிடுகலானால் சங்கனது சோவ வெகு தலச முறையில் அமையும்.



## அனந்தப்பூர் உயர்நிலைக் கல்விக்கூட வளாகத்தில்.....

ஸ்திரீ என்று சொல்லு - த - ர என்று மூன்று அகரங்களைக் கொண்டது. 'ஸ' என்பது ஸத்வகுணத்தையும், 'த' என்பது தாமஸ குணத்தையும், 'ர' என்பது ராஜஸ குணத்தையும் குறிக்கும். ஆக, இந்த மூக்குணங்களின் சேர்க்கைதான் ஸ்திரீ.

ஸத்வ குணத்தின் காரணமாக, பெண்ணாவது, பொறுமைவும், சமநிலையுடையது, உயிப்புத் தன்மையும், நற்குணங்களும் நிரம்பியவளாகத் திகழ்கிறாள்.

தாமஸ குணத்தின் காரணமாக, அவள் அடக்கத்தையும், ஏளனச் செய்வதிலும் சற்று தயக்க உபாஸத்தையும் பெறுகிறாள்.

அவளில் உள்ள ராஜஸ குணம், அவளுக்குத் தைரியத்தையும், தேவையான சமயத்தில் துணிச்சலையும், மனோநிடத்தை ஏழும் தருகிறது.

இம்மூன்று குணங்களில் பெண்ணில் அதிக அளவில் காணப்படுவது ஸத்வ குணமே. ஆனால் மற்ற இரண்டு குணங்களின் பாதிப்புக்களினால் இந்த ஸத்வ உபாஸம் அடக்கப்பட்டு ராஜஸம் மேலோங்கிக் காணப்படுகிறது.

பெண்ணுக்குப் பெருமை அவள் செய்யும் செயல்களால்.

ஆளுக்குப் பெருமை அவன் செய்ய அருகித் தவிர்க்கும் செயல்களால்.

எத்தனைய செயல்களால் பெண் பெருமைவந்த தேடித் கொள்வதாள்? வீட்டை நிர்வகிக்கிறாள். நல்ல பண்பாடுகளை வளர்த்து நாட்டின் எதிர்காலத்தை உருவாக்குகிறாள். இதன் காரணமாகத் தான் அவர்களது கணவன்மர்களாகக் குறிப்பிடுகையில் முதலில் மனைவியின் பெயர்களைக் குறிப்பிட்டுத்தான் அழைக்கப் படுகின்றாள்.

சிறா - ராமன், லக்ஷ்மி - நாராயணன் பார்வதி - பரமேஸ்வரன் என்று.

பெண்களைய நீங்களெல்லாம் பன்னிகளிலும் கழுவார்களிலும் பல ஆண்டுகளைக் கழித்த பிறகு திருமணம் செய்து கொண்டு அந்நாத்த வாசம் செய்பத் தொடங்கிவிடுகிறீர்கள். ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் லீலாகமழம் உத்தமமான குழம்பு வாழ்க்கையும் அவசியம்தான். ஆனால் அதற்காக நீங்கள் பாடுபட்டுக் கற்றவை எல்லாம் பயனற்றுப் போய்விடக் கூடாதுல்லவா?

உலகத்திற்கு உபயோகமான பணிகளில் ஈடுபடுங்கள். கிராமத்திற்குச் சென்று ஏழைக் குழந்தைகளைச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள உதவுங்கள். கிராமத்து மாதர்களுக்குக் குழந்தை வளர்ப்பைப் பற்றியும், கூடாதாரத்தைப் பற்றியும் சொல்லிக்கொடுங்கள். ஆரோக்கியம் செடும் எனில் மக்கள் செய்வதறியாது திணறுவர்.

சேவையில் ஈடுபடுவதன் மூலம் உங்களால் மக்களிடையே மகிழ்ச்சியைப் பரப்பமுடியும். எத்தனையோ தொண்டையும் தாழ்வாக எண்ணாதிர்கள். உதாரணமாக, தெருக் கூட்டுவதால் உங்கள் மதிப்பு குறைத்து விடாது. உங்கள் வீட்டுத் தரையை நீங்கள் பெருக்குவதில்லையா? அழுக்குகளை அகற்று வதில்லையா? அத்தனைய பணிகளில் நீங்கள் ஈடுபடும்போது கிராமவாசிகளும் மகிழ்ச்சியோடு உங்கள் லேமஸையைப் பகிர்ந்து கொள்வதைக் காண்பீர்கள். நல்லவற்றைச் செய்வதில் உங்களுக்கு விவாடகம் எத்தனாக?

முகம்மது நபியும் ஊரோரமும் முதன் முதலில் எடுத்துச் சொன்ன போது அந்த மக்கள் அவர்களை ஏனோர்கள். துரத்தினார்கள். சிலுவையிலும் அறைந்தார்கள். ஆனால் இன்று கோடிக்கணக்கானவர்களின் இதயங்களில் அவர்களைப் பெயர்கள் மரியாதைக்குரியதாக ஒலிக்கின்றதைப் பார்க்கிறோம்.

ஆகவே, நீங்கள் கயதலமற்ற அறிவுபூர்வமான சேவைகளிலே ஈடுபட்டுத் தைரியமாக ஈடுபட வேண்டும்.

**ஜெய் சாமிராம்!**

தொகுப்பு:

ஸ்ரீ சத்யசாகி சேவா நிறுவனம்.





# நீங்கள் நடுக்கர வயதினரா?

நீரற்பாதத் தாண்டினாலே. ஆயாசப் படுகிறவர்தான் நம்மிடையே அதிகம். உயர்த்தும் ஆரோக்கியத்துக்கும் சம்பந்தமே வில்லை என்பதை அவர்கள் உணர் வேண்டும். முக்கியமாக 40 விருத்து 55 வயதான காலகட்டத்தில்தான் உடனையும், மனதையும் திடமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உங்களை விட வயதானவர்களைப் பாருங்கள். எத்தனை கறுகறுப்பாக உள்ளே பிள்ளைகளுடன் விளையாடுகிறார்கள்! உடம்பை பரிமமாக வைத்துக் கொண்டு... ஒரு பஸ் கூட விழாமல்!

நாற்பதுக்குப் பிறகு அயர்ச்சியும், வறட்சியும் இயல்புதான். உயர்ப்பெண், னுறப்பர் பெண்ணன், ஆர்த்தியன் போன்ற தொல்லைகள் வரக்கூடும். என்றாலும், அவை நீள்

களை வரவழைத்துக் கொள்ளும் உபத்திரவங்கள் தான். கட்டுப்பாடான உணவும், சுனிசமரான உடலுழைப்பும் உள்ள பெண்னை எந்த நேரமும் அறியுருகாதிக்கலை, ஏன் முதுகாமபுத்தான்.

டாக்டர் மு. வ. சொன்னார் 'உடலும் வேண்டும், உள்ளமும் வேண்டும்' என்று. உடல் கெட்டால் மனமும் மனம் கெட்டால் உடலும் நலங்குன்றித்தான் போகும். ஒன்றில்லாமல் ஒன்றில்லை. நீங்கள் உவமைக்கு இடங்கொடுத்தால் கணக்கற்ற நேரங்கள் அணிவகுத்து விடும்.

சில பெண் களுக்கு வாழ்க்கையில் எல்லா வசதிகளும் கிடைத்திருக்கும். அப்பாணைவன். அழகான குழந்தைகள் என்று. கார், பங்களர், பேங்க் பேஸ்ஸஸ் எல்லாம் இருந்து என்ன செய்வ? னுற பிரஷர், நோர்ட் டிரபிள், மென்சனின் போலு மிதியுஞ்சிய ப்ளீடிங் என்று ஏகப்பட்ட எதிரிகளைச் சமாளிக்க முடியாமல் சதா படுக்கையில் கிடக்கும்படியாகிறதே. அப்பறம் எப்படி சந்தோஷப்படுவதாம்?

30 வயதில் அழகாய், மெல்லியவ்ந்த தெரி கிற பெண், நிருமணமாகி மூன்று குழந்தைகள் பெற்றதும் படு குண்டாகி விடுகிறாள். இன்பமும், துங்குவதுமாகவே இருத்தால் பிறகு என்ன ஆகும்? எந்த வடிவத்தை கண்டு மயங்கினாலோ, அதே கணவன் பின்பாடு அவனைக் கொடுத்த பார்ப்பதில்லை. வசதியுடன் சேர்ந்த அசதியில் இப்படித்தான் பல பெண்கள். தங்கள் வாழ்க்கையை நாற்பதுகளில் பிரச்சினை யாக்கிக் கொண்டு விடுகிறார்கள்.

அறுபத்தைந்து வயதிலும் இந்திரா காந்தி நமது உடம்பை எத்தனை அழகாக, கச்சித



தீபாவளி திருநாளில் முக்கியத்துவமும்,  
உங்களுக்கு ஒரு வேண்டுகோளும்.



வரும் தீபாவளித் திருநாளை வெகு விமரிசையாகக் கொண்டாட இப்பத்திரிகை படிக்கும் அன்பு உன்னங்களுக்கு விவானந்த ஆரிரமக் குழந்தைகளும் முதியோர்களும் தங்களின் வாழ்த்துக்களை மனமுவந்து தெரிவிக்கிறார்கள். பண்டிகை நாட்களில் நிதி உன்னவர்கள் தத்தம் நிலைமையினை அனுசரித்து விழாக்களைக் கொண்டாடுகிறார்கள். இந்தத் திருநாளில் பல்லாசிரக் கணக்கான இளம் நெஞ்சங்கள், ஆதரவற்றோர், பார்க்கை இழந்தோர், மனவனார்க்கி ருன்றிய குழந்தைகள், சிறைக்கைதிகள், முதியோர், வசதியில்லாதோர், உடல் வளமுற்றோர் பண்டிகையைப் பொருள் இல்லாமல் கொண்டாட இயலாதவராக இருக்கிறார்கள். இப்படிப்பட்டவர்களுக்குத் தாங்கள் மனமுவந்து பொருளாகவோ, நிதியாகவோ, துணியாகவோ, பட்டாக்களாகவோ கொடுத்து உதவி செய்து ஆத்ம திருப்தி அடையலாம். என்ற ஒரு பண்டிகையிலும் தம்முடைய பொருளில் சிறிதேனும் பிறகுக்கு அத்தாய், அத்தப் பண்டிகையின் மெழும்பினையும், பிறகுக்கு உதவினோம் என்ற ஆத்ம திருப்தியும் கிடைக்கப் பெற்றுப் பேரானந்தம் அடையலாம். தாங்கள் அருகிலுள்ள சேவை ஸ்தாபனத்திற்குச் சென்று உங்கள் மெழும்பினைப் பரிந்து கொள்குங்கள்.

விவானந்த ஆரிரமத்தில் உன்ன சுமார் 300 ஆதரவற்ற குழந்தைகளும் முதியோர்களும் இந்தீபாவளித் திருநாளை மெழும்பிடி உன்ன கொண்டாடப் பொதுமக்கள் மனமுவந்து உதவுமாறு வேண்டுகிறோம். இதனைப் படிக்கும் தாங்கள் தங்களது உதவியைக் காலாக்கியாக ஒவ்வொருவரும் குறைத்தபட்சம் தலா 1 ரூபாய் இவ்வறப்பணிக்கு அகப்படும் செலவை இந்திரப்பணி தங்கள் ஆரிரம பரிசுராமமாக திறைவேறும் என்பதோடு இல்லாமல், இந்தநாட்டில் உன்ன அவனத்து ஆதரவற்றோரும் பவன் பெறுவர்.

பொது மக்கள் அளிக்க விரும்பும், நன்கொடைப் பணம், பொருள் எதுவாக இருந்தாலும், அக்குழந்தைகளின் நலனை முன்னிட்டு ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். வகுமான வரி விவக்கும் அளிக்கப்படும். பொதுமக்கள் தங்களால் இயன்ற உதவியைப் பணமாக அல்லது பொருட்களாக.

நிர்வாகி,

“சிவானந்த சரஸ்வதி சேவாஸ்ரமம்”

நெ.20, சுமபர் தெரு, கிழக்கு தாம்பரம்

சென்னை 600 059. தொலைபேசி: 491978 491854

என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்பி வைக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

மாக வைத்திருந்தார். அவரைப் போல் நீங்களும் ஏன் கறுகறுப்பாக, உற்சாகமாக இருக்க முடியாது?

திடமான் உடல், தெளிவான மூளை, இதுதான் ஆரோக்கியம்! என்றார் கிரேக்க சத்துவ ஞானியான அரிஸ்டாடிஸ்.

விமீட்பாக சாப்பிட வேண்டும், திறை உடற்பயிற்சி செய்ய வேண்டும்! ஹும், நடக்கிற கனறுமா? என் பிரேக்ஸ். சாப்பாட்டை குறைப்பது என்றால், பட்டினி கிடப்பது என்று அர்த்தமல்ல. 23 வயதிற்குப் பிறகு, வயிற்றில் மூன்றில் ஒரு பங்கு இடத்தை காலியாகப் போட்டுத்தான் ஆகவேண்டும்.

கொழுப்புச் சத்துள்ள வெண்ணெய், தயிர் மற்றும் இனிப்பு, உப்பு, மிழங்கு கனககள், மற்றும் நுட்கீம், சாக்லெட் வகைகளுக்கு விடை கொடுக்கப் பாருங்கள். அடிக்கடி 'கொமிட்' பார்த்து, பேலன்ஸ் செய்து கொள்ளுங்கள்.

நடுத்தர வயதில் வந்து விட்டாலே உடம்பின் ஒவ்வொரு உறுப்பின் தலையிடும் பிரதேச கவனம் செலுத்தியாக வேண்டும். உணவில் கால்சியம் சத்து குறைந்தால் முடி உறிகும்; பற்களில் பிரச்சினை வருவாகும், தசங்கள் உடைபடும், மலடி வைட்டமின் மாத்திரைகளை தவறாமல் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். பச்சைக் காய்கறிகளை, பானை திறை நேர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

செயும் வறண்டு போக, கருக்கம் விழ மஸ்திக்கல் காரணமாகும். வயிறு கனதும், கேஸ் டிரபிள் வரும். கன்களைச் சுத்தி கருவணையம் விரும். உடற்பயிற்சி செய்யுங்கள், திறைத் தண்ணீர் பருகுகங்கள்.

வெகுக்கு நடுத்தர வயதை எட்டியதுமே 'முதுமையுறப் படுக' என்று வந்து விடும். கண்ணாடி முன் அதிக நேரம் செலவழித்து கண்த் 'மேக்-அப்' போட்டுக் கொள்ளத் தோன்றும். அதனால் இளமையை வர வராமல் முடியாது. முதுமையை மறைக்கப் போடுகிற வேஷமாதத்தான் அது இருக்க முடியும்.

நீங்கள் மனைத அவையாய் விடாதீர்கள். உங்களை நீங்களே ஒரு கூட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டு வர வேண்டிய கட்டம் இது. ஓய்வம் வரைதல், வீட்டை அவலகரித்தல், எழுதுதல் இப்படி ஏதாவது ஒரு கூடுதல் பொழுதுபோக்கை மேற்கொள்ளுங்கள்.

ஓ! அந்த நாட்கள்! என்று துள்ளித் திரித்த பருவத்தை என்ணிப் பொருளுக்க விடாதீர்கள். அந்த நாட்கள் மீண்டும் வரப் போவதில்லை. ஆனால் அதே உற்சாகத்தை யும், மலிச்சினையையும் உங்கள் வாழ்நாள் முழுக்க உங்களால் அனுபவிக்க முடியும்.

முதுமையம் தவிர்க்கக் கூடியதல்ல, தன்னிப் போடலாம்! அவ்வளவுதான்.

சில பெண்கள், முப்பத்தைந்திற்குப் பிறகு தங்கள் வயதைச் சொல்லவே தயங்குவார்கள். இதிலென்ன தயக்கம்? காலண்டர்



எப்போதும் பின்னோக்கி போவதில்லை. நடுத்தர வயதைப் பெருமையுடன் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அப்புறம் ஏது கவலைக்கு இடம்?

குழந்தைகளின் எதிர்காலம், தாம்பத்திய க கத்தில் அக்கறை யின்மை, பொருளாதாரச் சீர்தேடு, வீடத்துக்கள் என்று தென்வுகளை ஏற்படுத்தும் சமாதாரங்கத்தான் நடுத்தர வயதின் மகிழ்ச்சியைப் பாதிக்கின்றன. 'நாம் என்ன சாதித்தோம்?' என்று சலித்துக் கொள்ளும் இல்லத்தாரிகளும், 'நான் முழுக்க மெளரின் மாநிலி உணவுக் க என்ன பயன்?' என்று அலுத்துக் கொள்ளும் ஆபீஸ் பெண்மணி களும் தங்கள் மனோபாவத்தை மாற்றிக் கொள்வது அவசியம்.

பழிவாங்கும் உணர்வு, கோபம், பொறாமை, வெறுப்பு இவற்றை விட்டொழியுங்கள். அப்புறம் ஏது தென்வுகள்?

அன்றாட வாழ்வில் ஒரு நிபுணியைக் கடைப்பிடிப்புகள்.

நடுத்தர வயதில் கங்கள் உடலையும், மனதையும் தன்கு பராமரித்தால், முதுமையைப் பற்றிய கவலையே வேண்டாம்.

— தேவநாதன்.

# இலவசம்

ஒரு பிளாஸ்க்

ஒவ்வொரு

## கேதான்

பிரஷர் மின்னியூன்



முத்தையன்!

இலவசப் பரிசுகள் 18 அக்டோபர்  
1990 திபாவளி வரை

இத்திட்டத்திற்கு  
உட்படாத,  
கையிருப்புகளும்  
உண்டு

முதல் பரிசு:

சேம்பு சொஜித்

தேவையான பொருட்கள்:

சேம்புத் தண்டு : 1 (சேப்பங்கெழுந்து தண்டு)

புளி : எலுமிச்சக்காய், அளவு  
உப்பு : 1 ஸ்பூன்  
பெரிவ வெங்காயம் : 2  
மிளகாய்த்தூள் : 1½ ஸ்பூன்  
தனியாதூள் : 1 ஸ்பூன்  
மஞ்சள் பொடி : ½ ஸ்பூன்  
வெல்லம் : சிறிதளவு  
எண்ணெய் : 1 தேபின் ஸ்பூன்  
கடுகு : ¼ ஸ்பூன்  
வெந்தயப் பொடி - ¼ ஸ்பூன்,  
என்னுப் பொடி - ¼ ஸ்பூன்,  
கறிவேப்பிலை : 1 கொத்து

செய்முறை:

சேம்புத்தண்டை தோல் நீக்கி வட்ட வட்டமாக நறுக்கித் தண்ணீரில் போடவும். புளியை கெட்டியாக்கக் கரைத்து வைக்கவும். வெங்காயத்தை நறுக்கி வைக்கவும்.

வாணலியில் எண்ணெயை ஹிட்டுக் கடுகடிப் போட்டு வெடிக்கவிடவும். நறுக்கிய சேம்புத் தண்டைப் போட்டு நன்றி வதக்கவும். வெங்காயம், மஞ்சள், தனியா, மிளகாய்ப் பொடிகள், உப்பு சேர்த்து வதக்கவும். பிறகு புளித்தண்ணியை ஹிட்டுக் கொதிக்க விடவும். நன்றி கொதித்து சேம்புத்தண்டு வெந்த பிறகு வெல்லத்தைவும் பொடி

இம்மாசு  
இஸ்வத்தாசு



# தீயை எதிர்த்துப் போரிடும் அபார சக்தி கிப்போது உங்கள் கைக்குள்ளே !

கரீன்கப்பலர் சென்னை நகரில் வீழ்ச்சியடைந்த  
விவரத்திற்கு மட்டுமே கைடக்கும்.



டெவிரலாஸ் கழகத்தினால்

பொதும அளவைகள்

அடக்கமான, ஆற்றலுமிக்க புதிய

தீயணைப்புக் கருவி கிப்போது

வருவிடும். தீயைச் செயல்

விளக்கம். அங்குது வாங்கி

...அழைப்புகள் எங்களை

101 எண்ண அழைக்கத்

தேவையே இராது!



காடசக்ட் மார்கெட்டிங் பி.லிட்.,

165, கடலேரி ரோட் (2nd Floor)

மலிலாப்பூர், சென்னை-600 094.

**Phone: 849732**



செய்து போட்டுக் கலக்கவும். கடை சியாக இறக்கும் சமயம் வறுத்த வெந்தயப் பொடி வறுத்த எள்ளுப் பொடி தூசி கலக்கவும். கறிவேப்பிலையை கிள்ளிப் போடவும். 'சமகம்' வெண் வாகனையுடன் கூடிய 'சேம்பு சொத்தி' ரெடி!

அனுஜெய், கோவை - 12

## இரண்டாம் பரிசு:

### பிரண்டைத் தண்டு வடை

தேவையான பொருட்கள்:

பிரண்டைத் தண்டு - 200 கிராம்.

பச்சைமின்காய் - 10

வெள்ளைப்பூண்டு - ஒன்று, சிறியது

புளி - ஒரு தெல்லிக்காய் அளவு

சுறுத்தம் பருப்பு - 300 கிராம்

உப்பு - தேவையான அளவு

வெங்காயம் - 200 கிராம்

கறிவேப்பிலை - ஒரு கொத்து

கடலை எண்ணெய் - 500 மி.லி.

செய்முறை:

பிரண்டைத் தண்டு சுவை: பிரண்டைத் தண்டை சிறு சிறு துண்டுகளாக ஒடிக்க வேண்டும். ஒடிக்கும் பொழுது வரும் நார்ப் பொருளை களைந்து விடவும். வாணலியை அடுப்பில் வைத்துத் தண்டுத் துண்டுகளை பிதளைவாயை அளவு எண்ணெய் விட்டு தீர்ப் பதம் வற்றும் வரை வதக்கவும். பின் இத் தண்டை பச்சை மின்காய், வெ. பூண்டு, புளி இவற்றுடன் விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

சுறுத்தம் பருப்பை ஒரு லூரி தேரம் கரை வைத்து தீவிடரமல் உப்பு சேர்த்து விழு தாகும் வரை ஆட்டவும். கடை சியாக சிறி தாக அரித்த வெங்காயத்தையும் கறிவேப் பிலையையும், அரைத்து மலத்திருக்கும் பிரண்டைத் தண்டையும் சேர்த்து ஒரு சுற்று சுற்றி பாதிரத்தில் எடுத்தபின் நன்றாகப் பிசைத்து வடைகடும் அளவிற்கு சிறு சிறு உருண்டைகளாகக் கொள்ளவும்.

உருட்டினவற்றை சூண்டுடைகளை எண் ணெய் தளராகக் கலித்த பின் வடையாகத் தட்டிப் போட்டு முறுகி வெந்து வரும் பொழுது எடுக்கவும். மாலைச் சிற்றுண்டி யாக இதை உபயோகிக்கலாம். இப்பிரண் டைத் தண்டு வடை தீர்மானக்தியைக் கூட்டும்.

கோமதி, திருநெல்வேலி.

## மூன்றாம் பரிசு:

### வாழைத் தண்டு ஊறுகாய்

தேவையான பொருட்கள்:



பொங்கிவழியக் கூடிய பால், பருப்பு, சாதம் இவற்றை அடுப்பில் வைக்கும் போது பாதிரங்களில் மேல் வரிசையில் விடுத்து உட்புறம் அரை அங்குல அளவிற்கு ஏதாவது எண்ணெயை சுற்றித் தடவுங்கள். பொங்குவது வழியாமல் தடுக்கப்படும்.

— தங்கம்.

வாழைத் தண்டு - 250 கிராம்,

மின்காய் வத்தல் - 5

பெருங்காயம் - சிறு கோலி அளவு

புளி - சிறு கோலி அளவு

வெந்தயம் - 1 தேக்கரண்டி

கடுகு - ½ தேக்கரண்டி

நல்லெண்ணெய் - 2 தேக்கரண்டி

மோர் - 100 மில்லி கிராம்

தண்ணீர் - 1 கோப்பை

பெருங்காயம் - சிறு துண்டு

செய்முறை:

வாழைத் தண்டை தேரல் சேலி பொடி யாக அரித்து மோரில் போடவும். வத்தல், பெருங்காயம், வெந்தயத்தை மிக்ஸரில் பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

முதலில் அரித்த வாழைத் தண்டை, மோர் வடிய விட்டு, உப்பு, புளி சேர்த்து ஒரு கோப்பை தண்ணீரில் வேக விடவும். தண்டு வெந்த பின் தண்ணீரை வடித்துச் சிறிது உலர வைக்கவும். வாணலியை அடுப்பில் வைத்து 2 தேக்கரண்டி நல்லெண்ணெய் விட்டு கடுகு தாளித்து, வெந்த தண்டுகளைக் கொட்டி பொடி செய்து வைத்ததையும் சேர்த்துக் கிளறி இறக்கவும். ஆகிய பின்பு பாட்டியில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இவ்வகைத் தண்டு ஊறுகாய் 10 நாட்கள் வரை கொடாமல் இருக்கும்.

விசா ராஜன், உத்தமபாளையம்.



பம்பாயிலுள்ள ஓட்டங்களில் சுப்பிரமணியம் ஓட்டி என்னும் பவகாரத்தைக் காணலாம். செம்முறை மிகவும் கலப்படம்.

விட்டியில் சுப்பிரமணியம் கொண்டு ஓட்டிக் கள் மீது போய் விட்டனவா? கவனம் பட வேண்டாம். ஓட்டிவைக் கத்தியாகப் பிரம்ம தீர்த்துக்கு (புகழ்மேலுக்கு) வெட்டி, வானத்தில் என்னென வலத்து போன் திறத்தில் பொரித்துக் கொள் ளுங்கள். கொடுக்கக் கொடுக்க என்னென விளிந்து எடுத்துச் சிறிது தக்காளி சாஸுடன் விருந்தாடிகளுக்குக் கொடுத்துப் பாகுங்கள்.

வெளியூரிலிருந்து வரக் கத்தாளும், இதைச் செய்து போட்டு நல்ல பெயர் வாக்கி விடுகிறேன்.

— பத்தினி.

## ஆறுதல் பரிசு:

### தண்டு பாணி

தேவையான பொருட்கள்:

கீரைத்தண்டு என்னு் சொல்லக்கூடிய தண்டுக் கீரை (தானையென்று இருக்கக்கூடியது) - 3 பூண்டு - 3 (கமராணைஸ்) வெல்வம் - 100 கிராம் வரமினகாய்த்துள் - 1/2 கப் என் (வெண்ணை) - 1/2 கப் வேர்க்காயை - 1/2 கப் வெங்காயம் - 3 (கமராணைஸ்) தக்காளி - 2 கடலை எண்ணெய் - 1/2 கப் உப்பு - தேவையான அளவு தாளிக்க: கடுகு, உ. பருப்பு, கறிவேல் பிளவை தேவைக்கேற்ப.

செய்முறை:

என்னையும், வேர்கடலையையும் சுத்தம் செய்து, தனித்தனியாக வறுத்துப் பொடி செய்து கொள்ள வேண்டும். பிறகு கீரைத் தண்டைச் சுத்தமாகக் கழுவி துண்டு, துண்டாக விரல் தீர்த்துக்கு அரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

கடலை அடுப்பில் வைத்து 1/2 கப் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, உ. பருப்பு தாளித்து, கரிந்த பூண்டையும் அதில் போட்டு வதக்கி அதில் வரமினகாய் தூளையும், அரிந்த வெங்காயத்தையும், கடலை கொட்டி கறிவேல்பிளையை அதில் போட்டு வதக்க வேண்டும். பிறகு அரிந்து வைத்த கீரைத் தண்டையும் போட்டு, கொஞ்சம்

எண்ணெய் ஊற்றி, 3 டம்ளர் தண்ணீரையும் கொட்டி ஒரு புரட்டு புரட்டி, உப்பையும் அரிந்து வைத்த தக்காளியையும் போட்டு நன்றாகக் கிளறவேண்டும். கீரைத்தண்டுகள் நன்றாக வெத்து கழுண்டு வரும் போது என் பொடியையும், வேர்க்கடலை பொடியையும், வெல்வப் பொடியையும் போட்டு நன்றாகக் கிளறி தேவையானால் கொஞ்சம் அரிசி மாவு போட்டுக் கிளறி என்னெனும் ஊற்றிக் கிளறி இறக்க வேண்டும். இதில் காரம், புளிப்பு, உப்பு இளிப்பு கைவரல்வரம் இருப்பதால் மிகவும் நன்றாக இருக்கும்.

ஜி. கமரா, பட்டுக்கோட்டை.

## ஆறுதல் பரிசு:

### வாழைத்தண்டு மசாலா நரிதார்

தேவையான பொருட்கள்:

வாழைத் தண்டு - 1/2 தீரத் தண்டு கடலைப் பருப்பு - 200 கிராம் தக்காளிப் பழம் - 200 கிராம் பச்சை கொத்தமல்லி - 1 கட்டி (சிறியது) கிரகம் - 1 தேக்கரண்டி தனியாபொடி - 2 தேக்கரண்டி மஞ்சள் பொடி - 1/2 ஸ்பூன் மினகாய் பொடி - 1/2 ஸ்பூன் உப்பு - தேவைக்கேற்ப இஞ்சி - 1/2 துண்டு பூண்டு - 1 (அ) 5 திரி கரம் மசாலா - 1 ஸ்பூன் வதக்குவதற்கு - 2 தேக்கரண்டி





செய்முறை:

வாழைத்தண்டை நாரில்லாமல் பொடியாக தறுக்கி, ஒரு கரண்டி மோர் கலத்த தண்ணீரில் அழுத்துமாறு வைத்துக் கொள்ளவும்.

க. ஸைப் பகுப்பை குக்கரில் வேக வைத்து (சாம்பாருக்குத் துவரம் பகுப்பை வேக விடுவது போல்) மசித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இந்திஸையையும் பூண்டையும் நன்றாக அளரத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். தக்காளி ஸைப் பொடியாக அரித்து, அதில் இஞ்சி, பூண்டு விழுதைப் போட்டு, தலியா பொடி, சீரகம், மஞ்சள் பொடி, மிளகாய் இவற்றையும் சேர்த்து நன்றாகக் கலக்கிக் கொள்ளவும்.

அடுப்பின் மேல் வாணலியில் எண்ணெயை ஊற்றி, குடு வந்தபின், தக்காளிக் கலவைஸைப் போட்டு, நன்றாக வதக்கவும். தலியா, மிளகாய்ப் பொடியின் பச்சைவாகடனை போக வதக்கியபின், தறுக்கி வைத்துள்ள வாழைத்தண்டை தண்ணீரைப் பிழித்து விட்டு போட்டு கொஞ்சம் வதக்கவும். பிறகு உப்பைப் போட்டு ஐந்து நிமிடம் ஸ்டீஸைப் போட்டு வேக விடவும். பாதி வெந்த பின் மசித்து வைத்துள்ள கடலைப் பகுப்பையும் போட்டு சிறிதளவு தண்ணீர் ஊற்றி (உட்டுப் பதத்தில் இருக்க வேண்டும்). நன்றாகக் கொதிக்க விடவும். எல்லாம் சேர்த்து வெந்த பிறகு, கரம்



டார்ச் கொஞ்சம் மங்கலாக எரியும் போது, புதிய 'செக்' ஸைப் போடுவோம். பழைய செக்வை, டிராக்ஸில்டரில் போட, பத்து நாட்கள் பாரும்.

— பார்வதி.

மசாலா பொடியைத் தூவி நன்றாகக் கிளறி விட்டு, அடுப்பிலிருந்து எடுக்கவும். கொத்த மல்லியைப் பொடிப் பொடியாக அரித்து குடாக இருக்கும் பொழுதே மேலே தூவி, மூடி வைக்கவும்.

இது சப்பாத்தியுடன் சேர்த்துச் சாப்பிடுவதற்கு நன்றாக இருக்கும்.

திருமதி. சூர்யதாராயணன்,  
சென்னை - 41.

பரிகப் பொருட்கள்:



தீயாவளி  
நல்வாழ்த்துக்கள்!



22 ct.

பொன்னியி நால்குகை என்ஹொர்கன்.  
ஆடகம் — வெளிச்சிதை — சாம்புநதம் — சாதரூபம்.  
ஐந்தாவது பொன் ஒன்று இருந்தால்  
அதற்கு பரது என்று பெயர் வைக்கலாம்.  
— கவிசுரக வைரமுத்து



**புதுவெள்ளி** ஜுவல்லர்ஸ் A/C

தங்கம், வெள்ளி, வைரம் பொருட்கள் தயாரிப்பாளர்  
72, உஸ்மான் சாலை, தி. நகர், சென்னை-600017.  
போன் : 441812, 441741

தெனந்த ஜோதி...  
பிபி:பிபி





பளிச்சிடும் உங்கள் இதயப் பரிக

**புலர்.பிண**

செய்யுபவர்களை  
செய்யுபவர்களை  
இருக்கிறது."





# உங்களின் கனவுகளை நினை வாக்கிட...



\* நெசைக்க சர்வீஸ் \* புதுவித டி.என்.என் \* தீபாவளிக்கான ஆச்சரியங்கள்

**மனதைக்கவரும்**

- \* செலவகள்
- \* ரிசைப்கள்
- \* சூரிதர் உலகமார் கமிட்டிநாள்  
கூடம் பெட்டிமார்வகூக்கு

**குடும்ப-நாசரீக  
தோற்றத்தை மாற்றிடும்**

- \* கபிரி பிள்ளை அட்டிசை
- \* சூரிதர் செட்டிசை...
- \* என்னதற ககையில்
- \* குதந்த கபிரிசைகூக்கு

**மிலன் ஜோதி**

**தூணி வார. குதிரும் கித்பினை உகூ.**

**கூட்டம் வகரவி**

**கூட்டம் வகரவி**

**ரீட்டெய்ல் கூப்ப**

**கீபேகூன் கூப்ப**

80, பகங்குபதூர், தி.தக, செககக-17.  
பேகர்: 448073, 444398.

80, பகங்குபதூர், தி.தக, செககக-17.  
பேகர்: 441888.

செககககில் தும்பகககக கூட்டம் கபிரி கககக.  
பகங்கு பதூரிதூர் இரக்டே ரீட்டெய்ல் கூப்பகூக.

1) சூன் மீடப் பரிசைப் பெற்றுள்ள பஞ்சாலைப் சேர்த்த எழுத்தாளரான அம்ருதா பரீதம் "ரெயினிங் ஸ்டார்" என்ற பெயரில் தன் வாழ்க்கை வரலாற்றை எழுதிவிருந்தார். இந்தப் புத்தகத்தைப் படித்த சிக்ஸர்கனில் பலர் இப் புத்தகத்தைத் தடை செய்யவேண்டுமென்று வழக்குத் தொடர்ந்தார்கள். முதலில் உறுதியாக இருந்த அம்ருதா பிறகு மனத்தை மாற்றிக் கொண்டார். அந்தப் புத்தகத்தின் சில பகுதிகளை மாற்றும் செய்தி. சில புது அத்தியாயங்களையும் சேர்த்ததுடன், புத்தகத்தின் தலைப்பையும் "ஸைப் அண்ட் டைம்ஸ்" என்று மாற்றி வெளியிட்டார். வழக்குகள் வாபஸ் பெறப் பட்டு விட்டன.

2) கெப்ரோவில் நடந்த அக்கிரமம் இது. ஒரு மின் கழிபர் மதியம் தன் வீட்டுக்கு வந்த போது சைமன் தயாராகவியிருந்ததால் அவர் சற்றுக் காத்திருக்க நேரிட்டது. பெரும் கோபமடைந்த அவர் தன் கைவி விருத்த ஊப்பினால் தன் மனைவியை மண் டைவிலடிக்க அவன் இறந்து போனான். அந்தத் தம்பதியினர் பத்து வருடங்கள் குடும்பம் நடத்தி மூன்று குழந்தைகளைப் பெற்றவர்கள் என்பது வேதனையை அதிக மாக்கும் விஷயம்.

3) "மேரி ஹாட் டெய்டில் வாழ்" என்ற பிரபல நர்சரிப் பாடல் நூல் என்பவரால் 1830 ஆம் ஆண்டு மேரி சாயர் என்ற பெண் மனைவியும், அவரை எப்போது பிள் தொடரும் அவரது ஆட்டுக் குட்டியையும் மனத்தில் கொண்டு எழுதப் பட்டது. 1852 இல் மேரி சாயர் அவரது ஆட்டுக் குட்டியுடன் இருப் புது போன்ற சிலைவொன்று கண்டனில் எழுப்பப்பட்டது. சமீபத்தில் அந்தச் சிலை களவாடப் பட்டு விட்டதாம். போலீஸார் திருடர்களைத் தேவிரமாத் தேடிக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

4) ரீனா பிண்டோ என்னும் பெண்மணி வளர்ப்பது தான் அல்லது கிளி போன்ற சாதாரணமான பிராணிகளை அல்ல. இவர் வளர்ப்பது தேனிக்கைகள். தேனி வளர்ப்பில் எம்.எஸ். பட்டம் பெற்றிருக்கிறார். "வேத் தீர், புதை போன்றவற்றால் பாதிக்கப் பட்டாலொழிய வீட்டில் வளர்க்கப் படும் தேனிக்கைகள் கொட்டுவதில்லை" என்கிறார். காத்த அலைகளைக் கொண்டு தேனிக்கை எப்படி கடல் மாரிக்கத்தில் செல்கின்றன என்பதைப் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்துள்ள ரீனா.

5) பிரபல ஹாலிவுட் நடிகர் மார்லன் ப்ராண்டோவின் வாழ்க்கையில் இது ஒரு சேர்த்தனைக் காவம் போலும். இவரது மகனின் காதலனை, இவரது மகன் கொலை செய்திருக்கிறான். கர்ப்பமடைந்த சகோதரியை அந்தக் காதலன் கைவிட முயற்சித் தான் என்பதுதான் காரணம் என்று பேசப்

படுகிறது. லான் ஏன் தெலுங்கு கோர்ட்டுக்கு வந்திருக்கும் இந்த வழக்கில் "என் இரு குழந்தைகளுக்காகவும் தான் என்னை முடிந்த அனைத்தையும் செய்வேன். பிரபலமான ஒருவரின் மகன் என்ற ஒரே காரணத்துக் காக என் மகன் பரிவாடக்கப்படக் கூடாது" என்று, உறுதிபடுத்திறாராம் ப்ராண்டோ.

6) யார் சொன்னது கால் பத்து முழுக்க ஒரு ஆண்கள் விளையாட்டு என்றும், பொது வாகப் பெண் களுக்கு இவ் விளையாட்டில் கடுபாடு தில்லையென்றும்? சமீபத்தில் நடந்த உலகக் கால்பந்துப் போட்டியில் பார் ஸ்வான்களில் 45 சதவீதத்தினர் பெண் கள் விளையாடுவது மெர்மனி அரசு வெளியிட்ட



புள்ளி விவரம்.

7) அமெரிக்க முதல் பெண்மணியான திருமதி பார்பரா புஷ் தான் வெண்ண மாளிகையில் சமீபத்தில் ஒரு தான் தீச்சடித்த போது தன் கூட அழையா விருத்தானி ஒரு வரும் தீச்சடித்ததாகவும், அதனால் வெகு வினையில் அன்று குளத்தை விட்டு வெளி யேறி விட்டதாகவும் பத்திரிகையாளரிடம் கூறி, கொஞ்ச நேர சம்பளக்கக்குப் பிறகு அந்த விருத்தானி ஒரு எலி என்று சொல்விச் சிரித்தாராம். வெண்ண மாளிகையிலும் எலித் தொல்லை!

— ஜி. எஸ். எம்.



# தியானம்

## செய்யலாமா?

திடீர் நடவென்று கதவைத் தட்டும் சத்தம் கேட்டு, ஓடிப் போய் கதவைத் திறந்தான் சாந்தி. கமலி நின்று கொண்டிருந்தாள்.

"வா, கமலி, இன்னிக்கு தான் என் வீட்டுக்கு வழி தெரிந்ததா? இதோ இங்கே ஒரு பட்டன் இருக்கிறதே. அதற்கு-செயல் காலிப் பெல், அதை அழுத்தினால் மணி அடிக்கும்....."

கமலியின் முகத்தில் கொபம் தெரிவதைப் பார்த்ததும், சாந்தி தன் பேச்சை மாற்றினான்.

"சரி, சரி, உன்னை வா, என்ன ரொம்ப நாட்களாக ஆனையே காணோம்?"

"தான்" என்றான் கமலி.

"என்னடி தன் புயல்க்கிறே? உனக்கு என்ன ஆச்சு? புதுவனுக்கு பாங்கு உத்தியோகம், உனக்கு அரசாங்க உத்தியோகம், ஒரே பொண்ணு, அவளும் தன்நாக படிக்கிறாள், சொந்த வீடு..... இன்னும் என்னடி குறை?"

அதை விட்டு, முதலில் ஒரு டம்ளர் தண்ணீர் குடி.

"ஓ, ஸாரிடி, உன்னைப் பார்த்த கவாரியத்தில், உனக்குத் தண்ணீர் கொடுக்கக் கூட மறந்து போய்விட்டேன்." சாந்தி உன்னை ஓடி, தண்ணீர், காப்பி, பீஸ்கட்டு உன் வந்தான்.

கமலி காப்பியை உதறிவிட்டு குடித்தான், சற்று தெம்பு வந்தது போல சொல்ல ஆரம்பித்தான்.

"ஒரு மாதமாக ஒரே தலைவெறல், தலைவலி, டாக்டரிடம் போயேன். அவர் சொதித்து விட்டு ஒரு குண்டைத் தூக்கிப் போடுகிறார்....."

"மாலிவிக்கு தம்பிப் பாப்பா பிறக்கப் போறானா... கவிராஜாவேஷன்ஸ்....."

"அடச்சி வாயை மூடு, உங்கிட்டே சொல்ல வந்தேன் பரது... நான் போறேன்..."

"கொலிச்சக்காதே கமலி, விஷயத்தை மனமளவென்று சொல்லு..."

"டாக்டர் சொன்னார், எனக்கு ரத்த அழுத்தம் அதிகமாக இருக்கிறதாம்....."

"ப்பூ, இவ்வளவுதானா, ரத்த அழுத்தம் உக்கு ஆரம்பமாக்வினா கிடைக்கிறது. காப்பிட்டால் சரியாகி விடுகிறது. இவற்றுத் தானா இப்படி மூஞ்சியை தூக்கி வைத்துக் கொண்டு, சோகமே உருவாக வந்திருக்கிறாய்? தான் என்னமோ, ஏதோ என்று பயத்தே போய்விட்டேன்."

"விஷயத்தைக் சொல் - நம் டாக்டர் சதா சிவம் வேசியே மருந்து கொடுக்க மாட்டாரே.... ரத்த அழுத்தத்துக்கு மருந்து வேண்டாம். தியானம் செய்தாலே போதும் என்று சொல்லி விட்டார்."

"இதுல என்ன கஷ்டம் கமலி? தியானம் பண்ணு. அவர் சொல்வது சரிதானே?"

"கஷ்டமே ஆவதானே. அவர் தியானம் எப்படி செய்வது என்றும் சொல்லிக் கொடுத்தார். கண்ணை மூடிக்கொண்டு உட்கார வேண்டுமாம், மனதை ஒரு நினைப்படுத்த வேண்டுமாம். என்னால் முடியவில்லை, நீ ஏதோ தியானம், கீனம் என்று கண்ணை மூடிக்கொண்டு அடிக்கடி உட்காருவியே, அதுதான் உன்னைக் கேட்டுப் போகலாம் என்று வந்தேன்."

"சரி, கமலி, உன்வால் தியானம் பண்ண முடியவில்லை என்றால், வேறு டாக்டரைப் பார்த்து மருந்து வாங்கிச் சாப்பிடு. அது வளவு தானே." கமலி முகத்தில் சற்று தெளிவு பிறந்தது. சாத்தியின் கைகளைப் பிடித்துக் கொண்டாள்.

"பீஸி, நீ கொஞ்சம் உதவி பண்ணுய்யமா, நீ எப்படி தியானம் செய்கிறாய் என்று சொல்லுய்யமா" என்றான்.

"சரி, முதலில் கை, கால், முகம் கழுவி, தரையில் உட்கார்ந்து கொள். கண்களை மூடிக்கொள். எந்தையும் நினைக்காதே. மனத்தை ஒரு நினைப்படுத்து" என்றான் சாந்தி.

பத்மீனி



கமலி தளையில் உட்கார்த்தான். உண்கண்ண முடிக்கொண்டான். இந்த நிமிடம் கடந்தது. முடியலை சாத்தி, சித்தனனைத் தொடர் கதை போல வருகின்றனவே!" என்றான்.

"உண்கண்ண முடிக்கொண்டு, வரும் சித் தனனாகளை சத்தமாக சொல்லு."

இந்த நிமிடம் மொனனுமாக இருந்தான். உண்கண் முடிவிருந்தான். பிறகு சொல்ல ஆரம்பித்தான்.

"இப்படி உண்கண்ண முடிக்கொண்டு எவ்வளவு நேரம் உட்காருகிறது? நான் ஒன்றையும் நினைக்க மாட்டேன். இப்படி உட்கார்த்தான், இன்னும் பல்மணிதொட்டை விட்டு விட்டு, மானேஜர் கடங்காரனிடம் வாங்கிக் கட்டிக் கொள்ளப் போகிறேன். பஸ் இத்து நிமிடம் மேட் என்றால் மேட் மாட்டேன் என்கிறாரே, எல்லார் முன்னா ளும் மானத்தை வாங்குகார், அப்படி நான் உண்க நப்பு பண்ணிட்டேன், ஒரே ஒரு எழுத்து தப்பாக அடித்து விட்டேன். அதற்காக கைபை எடுத்து என் முகத்திலா விசிறி அடிக்க வேண்டும். அத்தக் கல்யாணி வைப் பார்த்தால் மட்டும் வழிதொடர், ஏனென்றால் அவன் கல்யாணம் ஆகாதவன் ஆகிறேன்.

கல்யாணம் என்று சொன்னால் கூடவே கைபையும் வந்து விடுகிறது. மானினி மன மனவென்று வளர்ந்து விட்டான். இன்னும் இரண்டு வருடத்தில் அவளுக்கு கல்யாணம் பண்ண வேண்டும். 18 பவுன் தகையும், 20,000 ரூபாய்ந்தான் கமலி இருக்கிறது. பிடுக்கு என்ன பண்ணுவேன்...? எப்படிச் சமாளிக்கப் போகிறேன்..." கமலி தன் சித் தனனாகளை உரக்கச் சொல்லிக் கொண்டு போனான்.....

"நிறுத்தம்மா... உன் சித்தனனத் தொடர் சற்று அறுக்கும்.... நான் சொல்கிறபடி செய்" என்றான் சாத்தி.

"உண்கண்ண முடிக்கொன், உன் மனத்தில் இப்பொழுது எந்த சித்தனையும் இல்லை. உன் மனம் காலியாக இருக்கிறது. நீ ஒரு பரந்த புல் வெளியில் நிற்கிறாய். மழையில் துளிகள் உன் மேல் தெறிக்கின்றன. அங்கு ஒரு அருவி கொட்டுவதைப்பார். உன் மேல் வீசும் காற்றின் இன்பத்தை அனுபவி. பெரிய பெரிய மனவகன் தெரிவின்றனவா? அது என்ன கிவப்பாக.... ஒசுரிபன் உதிகைப் போகிறதோ.... அதே உதித்து விட்டது. அது சூரியனல்ல.... ஒம் என்ற எழுத்து... பெரியதாக ஒம் என்று தெரிகிறது. அதன் ஒசியில் உன் கண் கூகிறது. அந்த ஒம் என்ற எழுத்தைப் பார். அதன் ஓங்கார சப்தம் உனக்கு செட்கிறதா... உதட்டை அசைக்காமல் சொல்.... ஒம்.... ஒம்.... ஒம்.... நிறுத்தாதே... சொல்... ஒம்..."

கமலி உண்கமலியேயே அதில் ஆழ்த்து போயிருந்தான். அவன் தங்குகிறானே என்று சாத்திக்குச் சந்தேகம் வந்து விட்டது.

"சரி, சரி, நீ எழுத்துதற்குள் தானும் என் தியானத்தை முடித்து விடுகிறேன்" என்று சாத்தி உண்கண்ண முடி அமர்த்தான்...

'இவன் கூட உட்கார்த்தான், இன்னிக்கு கைமயல் ஆகாமல் அவரிடம் விட்டு வாங்க வேண்டியிருக்கும். கமலி படுவ ஆள் தான். கணவன், மனைவி இரண்டு பேரும் சம்பாதிக்கிறார்கள். பெண் கல்யாணத்துக்கு தைகபென்ன், பணம் என்ன? இன்னும் இரண்டு, மூன்று வருடம் கழித்து நடக்கப் போகிற பெண் கல்யாணத்துக்கு இன்றே எல்லாம் தயார். எனக்கென்னவோ கலா கையப் பற்றித்தான் கைபை. அவளுக்கும் இருபது வயது ஆகிறுத்தே.... அவனை எப்படி கையேற்றப் போகிறேன்..."

சாத்தியின் எண்ண ஓட்டம் முடிக்கொன் டிருந்தது!



சோல் துணைவல்

சோல் கொஞ்சமாக இருந்தால் அதைப் பொதுப் பொதுவாக கறுக்கி எண் ணெய் விட்டு வதக்கிச் சிறிது தேக்கையும் சேர்த்து, உப்பு, மிளகாய், சிறிது உளுத்தப் புழுப்பு எல்லாவற்றையும் எண்ணெயில் வறுத்துத் துணைவலாக அரைத்தால் பார்ப் பதற்குத் தேக்காகத் துணைவலைப் போவவே இருக்கும்.

—பிரசாதி ஸ்திரீதான்.

**கல்லிடைக் குறிச்சி கோபால ஐயர்  
ஸ்வீட்ச்**

70, சாந்தார் நகர், நுங்கம்பாக்கம்  
சென்னை 600 034. போன்: 478021, 864889

சிவகாசி என்றாலே வெடிமருந்து  
கல்லிடைக்குறிச்சி என்றாலே கவை விருந்து  
திருநாள் என்றாலே தீபாவளிநாள்  
தித்திப்பு என்றாலே கோபாலயயர்தான்.



தீபாவளி பண்டிகையை முன்னிட்டு  
தெரிசலைத் தவிர்க்க  
12-10-90 முதல் 17-10-90 வரை

தேவேந்திரா கல்யாண மண்டபம்

4, பிரகாசம் தெரு  
(பனகல் பார்க் பஸ் ஸ்டாப் அருகில்)  
தி. நகர், சென்னை - 600 017.

என்ற விலாசத்திலும் விற்பனை உண்டு.

**சகல சம்பத்துடன் ஆனந்தமான வாழ்வுக்கு  
வளம் சேர்க்க ஒரு நகை மாளிகை**

Estd. 1927

**Nathella Sampathu Chetty  
Anantham Chetty**



Proprietor: Nathella Prabath Kumar  
JEWELLERS • DIAMONDS • SILVERWARES  
X-41, Second Avenue, Anna Nagar  
Madras-40 (Near Sri Ayyappa Temple)



**தீபாவளி தனிச் சலுகைகள்**  
எங்கனது போனஸ் சேமிப்பு நிதியை சேரும்  
அன்பர்களுக்கு வெள்ளிவிண்ட பரிசுகள் உண்டு.

மாதம் ரூ. 100, ரூ. 200 வீதம் செலுத்தி 15வது மாதம் ரூ. 1700/- ரூ. 3400/-  
மதிப்புள்ள தங்க காசுகளை பெறலாம்.



தொடரவில் அதிக கோய் போட்டு உலக சாதனை புரிந்தது இந்தியா. 1922 ஒலிம்பிக் விளையாட்டில் அமெரிக்காவில் உள்ள ஹால் ஏஞ்சலில் துவரில் அமெரிக்காவுக்கு எதிராக விளையாடி 24-1 எவ்ற கோய் ஊக்கில் இந்தியா வென்றது.

— தந்தி: தி விவகாஸ் புக ஆப் ரெவார்ட்ஸ் 1990



## “வசந்த் — வாடிக்கையாளர் வாக்கியப் போட்டி!”

“வசந்த் & கோவை நூல் ஏன் தேர்ந்தெடுத்தேன்” வாக்கியப் போட்டியில் பங்கு பெறுங்கள். பரிசுகளை வெல்லுங்கள்!

ஒரு முதல் : 10 சவரன்  
பரிசு : தங்க நாணயம்  
ஒரு இரண்டாம் : 5 சவரன்  
பரிசு : தங்க நாணயம்  
ஒரு மூன்றாம் : 1 சவரன்  
பரிசு : தங்க நாணயம்  
50 ஆயுதம் : ரூ.100/-  
பரிசுகள் : மதிப்புள்ள வசந்த்  
டெக்ஸ்டைல்ஸ்  
துணிகள்

முத்துங்கள்!  
இப்போட்டி 10.10.90 வரை  
நிகழ்ப்பட்டுள்ளது.

பூர்ந்தி செய்த உப்பனுடன் வசந்த் & கோவின் பொருட்கள் தொக்கத்தில் வாங்கும் பொழுது, எவராலும் தரமுடியாத அளவிற்கு தாராளமான தங்குபடியும் சிறப்பு பரிசுகளை அடைபதும் வாய்ப்பும் உங்களுக்கு உண்டு.

### வசந்த் & கோவை

தி. நகர் : 15, தெற்கு உள்மான் சாலை, சென்னை-17, போன் : 445437  
தி. நகர் : 18, தெற்கு உள்மான் சாலை, சென்னை-17, போன் : 445454  
பாடி : 83, எம்.டி.எக். ரோடு, சென்னை-50, போன் : 553393  
தாம்பரம் : 21-22, என்முகம் ரோடு, சென்னை-45, போன் : 403249  
புரையாக்கம் : 191, புரையாக்கம் நெடுஞ்சாலை, சென்னை-10, போன் : 552059  
கோடம்பாக்கம் : கோடம்பாக்கம் மேம்பாடம் அருகில் (மேற்கு), சென்னை-24, போன் : 420709  
ராயபுரம் : 116, எம்.எல். கோவில் தெரு, சென்னை-13,  
திருநெல்வேலி : 14, பராசக்தி பிளவு (உட்புறம்), போன் : 35043  
மதுரை : 8-க, தன்னம் தருவார் கோவில் தெரு, மேல் மாசி வீதி, போன் : 31775  
கோவை : 15, ஒப்பணக்கார வீதி, போன் : 35928  
தஞ்சாவூர் : 11, சிவராமர் கார்டன் முதல் தெரு, எம்.சாவடி  
வேலூர் : ஸ்ரீ முருகன் தியேட்டர் அருகில், சத்துவாக்காரி  
ஓதர் : 88-8, தாதுகா ஆபீஸ் ரோடு  
பாண்டிச்சேரி : 1-44, மனாத்தா காந்தி ரோடு

பெயர் : ..... முகவரி : .....

வசந்த் & கோவை நூல் ஏன் தேர்ந்தெடுத்தேன் என்றால் .....

(15 வார்த்தைகளுக்குள் எழுதி உங்களுக்கு அருகாமையிலுள்ள வசந்த் & கோவாருடனும் தேரில் அனுப்பவும்)

**சாவிவெட்**

CAT 1000  
FS OSD

பழுதே ஏற்படாத டிவி  
— இது எங்கள் சவால்!

வழக்கமாக சூப் பண்ணாவை அறிந்து  
சிற்று மாறுதல்கள் செய்து சூப்பை செய்து  
பாருங்களேன். குசியே வேறுதான்.

சூப் பண்ணும் போது தண்ணீரை உப  
யோகிக்காமல் 'ஸ்டாக்' எண்ப்பதும் காய்  
அல்லது மாபிசம் வெத்த தீரை உபயோகித்  
தால் சூப்பில் மணமும் குசியும் மிகவும்  
தன்றாக அமைவும். மீன், கோழிக் குஞ்சு  
ஆகியவற்றிலிருந்து சிக்கன் ஸ்டாக்கும்,  
வைவ உணவானரிகள் காய்கறிகளில்  
இருந்து வெஜிடபிள் ஸ்டாக்கும் தயாரிக்க  
லாம். முதலில் ஸ்டாக் செய்யும் முறையை  
பார்க்கலாம்.

### சிக்கன் ஸ்டாக்:

நடுத்தரமான கோழிக் குஞ்சு ஒன்றை  
கத்தப்படுத்தி வெட்டிக் கொள்ளவும்.  
பெரிய வெங்காயத்தையும் பொடியாக நறுக்  
கிக் கொள்ளவும். ஒரு வானலில்  
வெண்ணெய் விட்டு காய்த்ததும் வெட்டி  
வைத்துள்ள கோழிக் குஞ்சையும்,  
வெங்காயத்தையும் போட்டு நிறம் மாறும்  
வரை வதக்கவும். 5 கப் தீரை அதில் கலத்தி  
1 மணி நேரம் கொதிக்க வைத்து இறக்கி  
மூடவும். இரண்டு மணி நேரத்தில் கோழிக்  
குஞ்சு வெங்காயம் ஆகியவற்றின் மணமும்  
குசியும் திரிவ் இறங்கி இருக்கும். இதனை  
வடிவடி பத்திரப்படுத்தவும். அரை லிட்டர்  
வரை இந்த சிக்கன் ஸ்டாக் இருக்கும்.  
இதனை எல்லாவற்றை சூப்புகளுக்கும் பயன்  
படுத்தலாம்.

### வெஜிடபிள் ஸ்டாக்:

2 கோட், 1 பெரிய வெங்காயம், 3 பழுத்த  
தக்காளி ஆகியவற்றைப் பொடியாக நறுக்கி  
வெண்ணெயில் வதக்கவும். வதங்கி பூப்  
போல் ஆனதும் 5 கப் தண்ணீர் சேர்த்து  
கொதிக்க வைக்கவும். காய்கள் வெந்து சாறு  
முழுவதும் தண்ணீரில் இறங்கியதும் இறக்கி  
மூடி வைக்கவும். 3 மணி நேரம் கழித்து  
வடிவடி பத்திரப்படுத்தவும்.

மேற்சொன்ன இரண்டு வகை ஸ்டாக்கு  
எனும் சூப் தயாரிக்க பயன்படும். இனி சூப்  
தயாரிக்கும் முறையைப் பார்க்கலாம்.

### வைவ் மக்னும் சூப்:

வெண்ணெய் - 2 கப்,  
சிக்கன் ஸ்டாக் அல்லது வெஜிடபிள்  
ஸ்டாக் - 4 கப்,  
இஞ்சி நக்கியது - 1 துண்டு,  
பெரிய வெங்காயம் - 3 நறுக்கியது,  
பட்டன் மக்னும் - 3 கப் நறுக்கியது.

ஒரு வானலில் வெண்ணெயை உருக்க  
வும். வெண்ணெய் உருகி காய்த்ததும் வெங்  
காயம், இஞ்சி, காளான் ஆகியவற்றை  
உருகிய வெண்ணெயில் போட்டு வதக்கவும்.  
கிழிந் நிறம் மாறி வதங்கியவுடன் ஸ்டாக்கை  
கலத்தி கொதிக்க விடவும். காளான்கள்  
வெத்தவுடன் இறக்கவும்.

குசிக்கு ஏற்றாற்போல் உப்பு, மிளகுத்  
துணை சேர்க்கவும். இந்த சூப்பிற்குக் காரம்  
சற்று அதிகம் தேவைப்படும். விரும்பினால்  
பெரிமட்ட நெயரில் பொரித்துப் போட  
லாம்.

### காளிக் பிளவர் சூப்:

வெண்ணெய் - 1/2 கப்,  
பெரிய வெங்காயம் - 1 (நறுக்கியது),  
நடுத்தர காளி பிளவர் - 1 உறித்தது,



# சூப் பண்ணாவா?



பின்னணியைப் பெற்றவர்களுக்காக  
ஒரு வேண்டுகோள்



தூதர்ப் பரிவர்த்தனை நிலைமையில்  
ஆய்க்காங்கே தினமும் விடுவதிலும்  
பின்னணியை வாங்கிப் பொருத்தம்  
பார்த்துப் பின்னணியை விவாதித்திருக்  
கடிதம் போட்டால் பதில் வருவது கிடையாது.  
பின்னணியைத் திருமணம் ஆனால்  
கூடத் தெரியப்படுத்துவது கிடையாது.  
இடம் மாறினால், மாற்றல் ஆகியிட்டால்,  
தயவு செய்து தூதர்ப் பரிவர்த்தனை  
செய்த இடத்தில் தெரிவிப்பதற்கு விருக்  
கம். பெண் விட்டால் வேதனை கொடு  
மையானது.

— இ. வெங்கடகவி.

தீவகம் செங்கும் பாணம், வெங்கும்  
சேர்த்து அயலது சர்க்கரை சேர்த்து  
போன்ற எதுவாக இருந்தாலும் தீர்க்க  
இருந்தால் கவலை வேண்டாம். விட்டிலி  
ருக்கும் (சந்த பிங்கட்டாக இருந்தா  
லும்) பிங்கட் சிறிது எடுத்து வேலாகக்  
கவலினைப் பொடித்துப் போட்டு விடுவ  
கம். பாணம் கெட்டதாயினால், புதிய  
கவையுடனும் இருக்கும்.

— பாலா.



வெட்டிபின் ஸ்டாக் - 4 கப்.  
பூண்டு - 2 பல் தகவியது.

போடவும். மேலாக துருவிய சீனையும்  
போட்டுப் பரிமாறவும்.

மிக்கை வெட்டிபின் எக்ஸ்பர்:

பழுத்த தக்காளி - 4,  
சோட் தறுக்கியது - 1,  
பச்சை மட்டாணி - 1 பிடி.  
வெள்ளரிக்காய் - 1 தறுக்கியது.  
பெரிய வெங்காயம் - 3 மெல்லியதாக  
தறுக்கியது.  
துருவிய பீன்ஸ் - 1 பிடி.  
பூண்டு - 3 பல் தகவியது.  
வெந்த முட்டைகள் - 3 உதிர்த்து.

தக்காளியை வேகவைத்துத் தோல்  
உரித்து சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். காய்  
கறிவை வேகவைத்துக் கொள்ளவும். காய்  
வை வேகவைத்த திரையே ருப் தயாரிக்க  
பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

தக்காளி சாறுடன் காய்கறிகளையும்,  
காய்கள் வெந்த திரையும் கலந்து தேவை  
யான உப்பு. மிளகு சேர்த்து ஒரு நிமிடம்  
கொடுக்க வைத்துக் கொள்ளவும். உதிர்த்த  
முட்டைகளை போட்டு ருடி வைக்கவும்.

— உமா ஸ்ரீதர்.

வெண்ணெயை உருக வைத்து அதில்  
வெங்காயம், பூண்டு, காளிபிளவரி சேர்த்து  
வதக்கவும். தனக்கு வதக்கியவுடன்  
ஸ்டாக்கை ஊற்றவும். காளி பிளவரி வெந்த  
தும் கொத்தமல்லியைப் பொடியாக தறுக்கிப்  
போடவும். குகிலு எற்றாற் போல் உப்பு,  
மிளகுப் பொடி சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

பிரெஞ்ச் ஆகியன் - சில ரூப்:

வெண்ணெய் - 1 கப்.  
பெரிய வெங்காயம் - 3 மெல்லியதாக  
தறுக்கியது.

ஊதா - 1 பூண்டு,  
வெட்டிபின் (அ) சிக்கன் ஸ்டாக் - 4  
கப்.

துருவிய சில - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,  
தறுக்கப்பட்ட பிரெட் துண்டுகள்.

கனமான பாணியில் வெண்ணெயை  
உருக்கவும். ஊதாவைப் போட்டுக் கலந்து  
கொள்ளவும். வெங்காயத்தையும் சேர்த்து  
பொன்னிறமாக வதக்கவும். வதக்கியவுடன்  
சிறிது சிறிதாக ஸ்டாக்கை ஊற்றி 20  
நிமிடங்கள் கொடுக்க விடவும். பரிமாறும்  
போது பிரெட்டை ஒவ்வொரு பொரித்துப்

உங்கள் சமையலறைக்கு  
புதித்து நிகரான சத்தியை  
ஒன்றே கொண்டு செல்லுங்கள்



HI-POWER

# Rallimix

ஏரணியல் 500 வாட்டஸ்



ஹை-பவர் மேட்டர்

- மஞ்சள் பேண்ட் அடிமான பொருட்களைக் கூட திடீர்த்தில் அரைத்து விடும்.
- ஓரை, தடங்கள் திடீராகக் செயல்பட ஒப்பற்ற அடிமைப்படி.
- தித்திய அடிமை செயல்படுத்துவதற்க்கென்றே உபயோகத்தாக்கப்பட்டுள்ளது.
- உங்கள் திரும்பிடத்திற்கு அருகிலேயே உறுதுணையான சர்வீஸ் மையங்கள்.
- எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக இது ஒரு ராலிக் திறமையுடைய தாயான தயாரிப்பு.

**மருத்துவரா...!**

செலிக்குன்னலில்லாத போது சிறிது வயிற்றுக்கும் உயர்ப்படும் என காதின் முக்கியத்துவத்தைச் சொல்கிறோம். நம்ம அழகு தரும் செல்தின், குழந்தை மழை, இளம் இளை இவற்றை நாம் ரசிப்பது இதைக் காதாத்தானே. இதை நாம் வாழ்வை முடிவதும் பெற வேண்டியே. கண் பார்வை சரியில்லையென்றும் பொழுது கண்ணாடி அணியும் நாம் காலு சரியாகக் கேட்காத பொழுது கருணை உபயோகிக்க தவறக் கூடாது.

பரம்பரை, முதுமை, தலை, காதில் ஏற்படும் பலமான அடி ஆகிய காரணங்களினால் காலு கோளாறு ஏற்படக்கூடும் அதிக சளி, 'வாக்ஸ்' எனப்படும் அழுக்கு காதில் அடைத்துக் கொள்வதாலும் காலு சரியாகக்கூடாது போய் இருக்கும். இதற்காகக் கண்களில் விடைப்படுத்தெல்லாம் அடிதவறக் கொண்டு வாதைத் தடைத்து அபாயத்தில் முடியும் காதில் சிறு பொருட்கள் வீசுத்து விடுவது, சொத்தைப் பல், நாக்லிக் உள்சுப்பன், தொண்டை வன், தொண்டை புற்று நோய், காதில் சீழ் வடிதல், கிழிர் நோய்

இவற்றின் காரணமாகக் காலு வன் ஏற்படும்.

அதிக சத்தம், காசைப் பழுதுடைபச் செய்யும் தம் துரவே தமக்குச் சத்துமாகக் கேட்பது போல் இருந்தாலோ, காதில் சீழ் வடித்தாலோ, காதில் இரத்தக் கிழிவு ஏற்படும் இருந்தாலோ அஸ்திவம் கூடாது.

'வன்' என்ற இரைச்சல் சத்தம் கேட்பது, எதிரில் உள்சுப் பொருட்களோ அல்லது தாமோ கற்றுவது போல் நோன்றுவது போன்றவை உடனடி மருத்துவ ஆலோசனை பெற வேண்டியவை. மலமூக் காவல் களில் அதிக அழுக்கு தோற்றம் போது காதிலுள் அரிப்பு ஏற்படுத்தும் 'டிஸிடஸ்' என்று கூறப்படும் காதிலுள் ஏற்படும் 'சீசா' சத்தம் அதிகமாகக் கண்ணைப்படுபவர்களுக்கு ஏற்படுவதுண்டு. உடனில் 'சுளுகோல்' என்றும் சர்க்கரை சத்துக் குறைத்து காலு தளவடலில் காதிலை பழுதுபடுத்தும், பரிசுதை அடல்கின்றது என்று கூறுவது இவ்வாற்தான்.

காலு தம் உடம்பின் ஒரு பாகமே. காலுக் அடிக்கடி தண்ணீர் போய்தொல்லல் ஏற்படுகின்றது என்பவர்கள் முக்கியமாக நீச்சல் செல்பவர்கள் காசைத் தண்ணீர் படாமல் பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதிக சத்தமாகப் பாடல் கேட்பது, வரகன் ஒலி அழங்குவது செவிக்கு மிஷும் கெடுதல். தழைக்களிடம் இரைத்து போகாதீர்கள். அதிக சத்தம் தரும் பொய்மை வேண்டாம். இனிமையாக மெதுவாக பேசும் பொழுது மற்றவர் தம்மை மதிப்பதுடன் தாம் சொல்வதைக் கூத்து வலிக்கவும் செய்கிறார்கள். விமாதப் பயணம் செய்யும் பொழுது அழுக்க வேறுபாடு கிவருக்குக் காலு வலி ஏற்படுத்தும் இவர்கள் ஒரு டயன் தண்ணீர் வைத்துக் கொண்டு சிறிது சிறிதாக விழுங்கும் பொழுது வலி குறையும்.

கண்ணும் மூக்கும் பெண்களுக்குப் பேருணி புரிகின்றன. கண்ணைக் கசக்கி முக்கை உதிர்த்து அழு ஆரம்பித்தால் பேருணை, வீட்டில் பல காரியங்களைச்



# காதோம்தானி



சாதித்து விடுவார்களே என்பார்கள். ஆயினால், பெண்ணோ ஒருவர் பல நாட்கள் உணவு இல்லாமல் இருக்கலாம். ஆனால் சில நிமிடங்களே உலாசம் இல்லாமல் இருக்க முடியும். இந்தக் காரணத்தினால் உங்களை புகழும் அமைச்சர்கள் மூக்குதானே. மேலும் இந்த மூக்கில் உள்ள சிறு சிறு ரோமங்கள் கார்பில் உள்ள தூசுடன் உங்களை நுழைவாயில் நடுக்கும் காவலர்களாக விளங்குகின்றன. மூக்குள்ள வளர சளித் தொல்லை தாம். ஆனால் 'சைனஸ்' தொல்லை உள்ளவர்கள் படும் அவதி அதிகம். சளி சைனஸ் குழியில் அடைத்து கிருமியால் தாக்கப்படுவதால் இத் தொல் ஏற்படுகின்றது. அந்த போல மூக்க லிட் சிரமமாகத் தோன்றும் பொழுதும் 'புலிப்' என்ற சைனஸ் மூக்கினுள் வளர்த்துள்ளதா என்பதை அறிந்து சிகிச்சை பெற வேண்டும்.

சிறு குழந்தைகளுக்கு சளி மூக்கடைத்துக் கொள்ளும் பொழுது சுத்தமான துணிவையோ பஞ்சையோ கொண்டு அருகில் உப்பு வைத்து தொட்டுத் துடைப்பது அடைப்பை தீர்க்கும். பழக்கம் காரணமாக வாயைத் திறந்து மூக்க லிடும் குழந்தைகளைத் திருத்த வேண்டும். இது கன்தாரமற்றது மற்றும் பார்வைக்கும் அழகுற இருக்காது.

மூக்கை மிஷும் வேகமாக சித்துந்து, தலையில் அடி, மூக்கில் ஏற்படும் வீக்க தோய்கள் காரணமாக மூக்கில் இரத்தக் கிசு ஏற்படக்கூடும். மேலும் இரத்தக் கோளாறு, சிறுநீரகக் கோளாறு, இரத்தக் கொதிப்பு, இரத்தக் கோளாறு காரணம் கன்னாறும் மூக்கில் இரத்தக் கிசு ஏற்படும். இதை உடனடியாகத் தடுக்க மூக்கைச் சற்று அழுத்திப் பிடித்தல், மூக்கில் மீது ஈஸ் கட்டி தேய்த்தல் இவற்றுடன் மருத்துவ சிகிச்சை மிக அவசியம்.

மாறுமணம், இல்லாத துர்நாற்றம் இவை

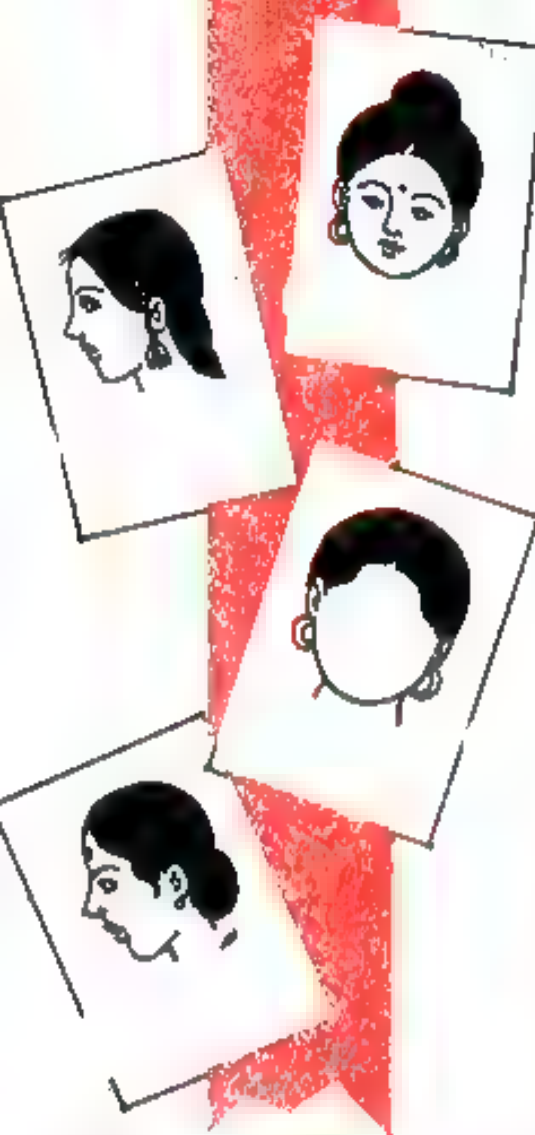
சைனஸ் தொல்லை, பல் சொத்தை, மன நலம் குன்றியவர் இவர்களுக்குத் தோன்றும். சிலருக்கு வாயினாலே தெரியாத காரணம் மூக்கினுள் சைனஸ் வளர்ந்தல், மூக்கில் எழும்பு உடைதல். அதிக சளி, தலையில் கட்டி போன்ற காரணங்களாகத்தான்.

அதேக குழந்தைகள் அடிக்கடி மருத்து வனாராடும் ஒரு காரணம் தொண்டை வலி, தொண்டைப் புண், காது வலி இவற்றுடன் கூடியது. இதன் காரணம் சுத்தமற்ற நீர், அதிகக் குளிர்ச்சியுள்ள பொருட்கள், உயரால் மூக்க விடுவது, வாய் திறந்து தூங்கு வது போன்றவை. உணவு விழுங்கும் பொழுது வடிவமாகத் தோன்றினால் மருத் துவ பரிசோதனை அவசியம். சிறு சிறு உருண்டை கட்டிகள் போல் கழுத்து, காதுள் கீழ்புறம் தோன்றுவதையும் அலட்சியப் படுத்தக் கூடாது. 'பி ஸிம்பெகன்' கத்து குறையும் போது வாயில் புண் ஏற்படுகின்றது. புணையினை, வெற்றிலைக்கு அடிமை, மூலி விடுபவர்கள் எளிதில் புற்று தோல் வயப்படுகிறார்கள். அடிக்கடி சளி, தொண்டை வலி ஏற்படும் போது தொண்டையில் 'டான்சிடல்' சைனஸ் வளர்த்துள்ளதா என்பதைச் சோதித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கக்குவான் இருமல் சற்று தாமதிக்காமல் வைக்கப்பட வேண்டியது. வெது வெதுப் பான திரில் உப்பு வைத்து வாய் கொப்பளிப் பது தொண்டைப் புண் ஆறவும், வலிக்கு இதமாகவும் இருக்கும். குரல் மாறுபாடு, இரத்தக் கிசு இவற்றிற்கு மருத்துவ ஆலோசனை தேவை.

கருவுற்ற காலங்களில் உட்கொள்ளும் மருத்தை மருத்துவரின் ஆலோசனையுடனே பெற வேண்டும். கவனக்குறையாக மாத்திரைகள் சாப்பிடுவதால் குழந்தைகளின் பல்லின் நிறத்தில் மாறுபாட்டினை ஏற்படுத்தலாம். அதிக இனிப்பு, மாலுக் கத்து பொருட்களை உட்கொண்டு பற்களைச் சுத்தம் செய்வாய் இருப்பது நம்மை பாட்டி வாக்கி விடும். குடிநீரில் அதிக ப்ளோரைடு





தேய்த்து சுத்தப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். விரவ் குழம்பும் குழந்தைகளின் பற்களும், வாயில் எப்பொழுதும் இரப்பர் ஸவத்துக் கொள்ளும் குழந்தைகளின் பற்களும் கொண்டாக வளரும். பல் வரிசையை முறைப்படுத்திக் கொள்ள எத்தனையோ மருத்துவ முன்னேற்றங்கள் வந்துள்ளன.

அறுகண்பை அறிவ உதவும் நம் நாக்கு வரும் தோலையும் முன்கட்டி அறிவித்து விடும். 'தாக்கு குசி தெரியவில்லை, எது சாப்பிட்டாலும் கசக்கின்றது' என்றுதான் காய்ச்சல் தோய்சலிகள் குறிப்பிடுவர். நாக்கு நிறம் மாறி தோற்றமளிப்பதும் நோயின் அறிகுறியே. தாக்குப் புண் சாதாரணமாகத் தோன்றினாலும் உடைந்த பல், பால்நோய், டி.பி. நோய் இவையுமே காரணமாக இருக்கலாம். நாய்க்கை சுத்தம் செய்கிறேன் என்று கருவெனப் பரவினால் கரண்டி சேதப்படுத்திக் கூடாது.

### ஊட்டச் சத்து வயதுள்ளதாக...

முன் குறிப்பிட்டது போல் இரத்தத்தில் கஞ்சுகோள் அளவு குறைந்து வரும் பொழுது நாளடைவில் காது கேளாமை ஏற்படக்கூடும். ஆகவே சத்தான உணவு எது சரிவர வேலை செய்க அங்கியமே. அதிகக் கொழுப்புப் பொருட்களைத் தவிர்த்து; புரதப் பொருட்களை உண்பதால் பாம்பு செவியாக மாறலாம். ஊட்டலின் 1, 2, 3 எம்பென்கைச் சத்து அவசியம், சளித் தொல்லைவிடுந்து விடுபடவும் ஊட்டலின் 'சி' சத்து மெற்றும் 'ஏ' சத்துத் தேவைப்படுகின்றது.

இவற்றை எவத்தியத்தில் காயையில் வெந்நீர் + தேன் + எலுமிச்சம் காயு கலந்து நூற்பதைத்து நாட்கள் அருந்தச் செய்வதன்மூலம் தொல்லைக்கு விஞ்சை அளிக் கின்றார்கள். ஊட்டலின் 'ஏ' சத்திற்கு முருங்கைக் கீரை, காரட் வகைகள் உதவுகின்றன. சிப்ரஸ் பழ வகைகள், சுத்தமான நீர், காற்றோட்டமான இடம் இவை நம் காது, மூக்கு, தொண்டை இவற்றைப் பாதுகாக்கும். சாக்லெட், ஐஸ்கிரம், சுஸீட் இவற்றை அதிகம் உபயோகிப்பதைத் தவிர்த்தல்.

சளி பிடிக்கும் பொழுது 'தொப்பல்' உருக்கலாம். துளசி, சுக்கு, மிளகு, பொதுளை இவற்றை மத்தாளுடன் கலந்து தயாரிக்கும் உடலுக்கு தரலாம்.

உணவிற்குப் பிறகு சிறு நுண்ணு தேய்காய் உண்பது பற்களைச் சுத்தப்படுத்தும். பல் நன்கு வளர உண்ணாம்பூச் சத்துத் தேவை. பால், மீன், காரட், ஆப்பிள் இவை பற்கள் ஆரோக்கியமாக விளங்க உதவுகின்றன. திக்குப் பேகம் குழந்தைகள் குழந்தை வாரணமாக அதிகம் திக்குகின்றன. இவர்

இருப்பின் பல் கறுப்பு, ப்ரெண்ட் நிறம் வளாக மாறும். பல்லுக்கோ, சுறுக்கோ கேடு விளைவிப்பது கவனதரக் குறையும். சோம்பேறித்தன்முடும், உள் தங்கி விடும் உணவுப் பொருட்கள் அழுதி தமக்குச் சேதம் விளைவிக்கின்றன. சொத்தைப் பற்களை நீக்கி விடுதல் நிச்சயம் நலம். வகுடமிருந்தா பல் மருந்து வரை அணுதல்.

அதிககுடான குளிர்த்த பொருட்களைத் தவிர்த்தல். 'குழந்தைகளுக்குக் காலை, இரவு இரு வேளையும் முறைவாக பல் துலக்க பறிந்தி அளிக்க வேண்டும். திட, திரவ இப்படி எது உட்கொள்ளும் வாயை நன்கு கொப்பளித்தல் நலம்.

ஆரோக்கியமான சறுகள் தல்வ 'பிங்க்' நிறத்தில் இருக்கும். பல், சறு நோயினாலும் வாயில் துர்நாற்றம் இருக்கும். ஆனகவால் விரவினால் சறுகளைச் சிறு அழுத்தித்

தேயவகிப் பண்டுகளுக்கு விசேஷ  
ஆட்டர்கள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

**SUSWAAD** ன் சுவை இன்றே உங்கள்  
கதவை தட்டிடும்!

The Delicious Home-made Sweets and Savouries

**SUSWAAD**

Home-made  
SWEETS &  
SAVOURIES

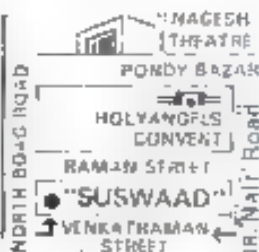
Phone :  
44 23 24 P.P.

1/2, Venkatraman St., T. Nagar, Madras-17.



Our Specialities :

புழுங்கவிரி கசுமுறுக்கு,  
தட்டை, சடை, etc.  
(free of Oil)  
கோதுமை அல்வா,  
போளி, மட்டு,  
கமஞ்சாபாது etc.,  
கல்யாணம் மற்றும்  
கலவவங்களுக்கான  
சீரவிசைகள்



Also Available at:

160-Royapettah High Road.

(Opp-தலைவர் துறை மாளிகை)

Mylapore, Madras-4. Phone: 75490.

17, Motilal Street, Narmada Flats,

T. Nagar, - Madras-17.

Phone: 444568

ADVERTISE

Free Home Delivery For orders above 4 Kgs. (within Madras City limits)

**கொஞ்சல்**

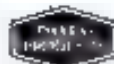
கொஞ்சல் கொஞ்சல்

பள்ளி செல்லும் சிறுவர்களுக்கு  
மிகவும் உகந்தது  
பாதுகாப்பானது

பயமின்ற உபயோகிக்கலாம்.  
கொஞ்சல் உபயோகிப்பதினால் தலைமுடி  
உதிர்ந்து, எருமத்தை பாதிக்காது,  
பேரகளை முதலும் கொடுக்கும்.  
எதுகளை அழிக்கவும் இது தனி  
மருந்துகள் கலந்தது. கத்திரை  
தலுமணம் கமலும் கலந்தவர்க்கு  
தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது. பன்திரை  
உபயோகிக்கலாம், சந்தி காய்த்தது  
பாதுகாப்பானது.



தெய்வத்தின் தேவதூதன் அடியை எடுத்து  
கொண்டு, மரிக்காமலும் தான்  
தான். 10 நிமிடங்கள் வந்தே தெய்வ  
தூதன் அழகம் தருகிறது.



தொலைபேசி - 612 007

அழகு + ஊட்டச் சத்து + மருத்துவத் தொடரில் கேள்விகள் கேட்கலாம் என அறிவித்திருந்தோம். கேள்விகள் வந்து குவித்து விட்டன! மிகச் சிறந்த எய்வோருக்கும் பயன்படும் விதமான இரண்டு கேள்விகளுக்கு மட்டுமே இப்பகுதியில் பதிலளிக்க முடியும். எனவே கேள்விகள் அனுப்பும் வாசனிகள் சிப்தனை கார்டாகவே, கவர் கவத்தோ அனுப்பினால் மீதி கேள்விகள் கேட்ட ஒவ்வொருவருக்கும் தனிப்பட்ட முறையில் பதில் எழுதி அனுப்பப்படும்.

என் குட அழகையெவ்வாறு பருக்கச் செய்து விடுகிறது. எத்தனைவரோ மருத்துவம் செய்து விட்டேன். தீக்கொண்டது வறிதாட்டுக்கொண்ட?

வினாசேகர்,

குடப்பேரணம்.

குடப் பருவை பற்றிக் கேட்காத கடிதமே இல்லை. இதற்காகக் கவலைப்பட வேண்டாம். சிறு சிறு கவனிப்புக்கள் உங்கக் கவலையை அடியோடு தீக்கும். குடப் பரு உண்டாவதற்குக் கொழுப்புச் சத்து திறந்த பொருட்களை சிதிது காலம் அடியோடு மறந்துவிட வேண்டும். அடிக்கடி மருத்தத் வெதுவெதுப்பான தீரில் சருமிப் பிறகு குளிர்ந்த தீரில் கருவ வேண்டும். உணவையில் சோம்பும், சத்தமான தீரும் அளிக்கும் பாதுகாப்பு. சருமத்தை மிக நல்ல முறையில் வைத்துக் கொள்ள உதவும்.

மேல் - அப் உபயோகத்திற்குக்கள் பிறகு மருத்தநதச் சத்தம்செய்துகொள்ள சேர்ப்புப் படக்கூடாது. விட்டில் இருக்கும் நோம்புக்க எதுவும் பூசாமல் சருமத்திற்கு இவர்கைக் காற்று விடைக்க உதவுங்கள். மருத்தநத நன்கு கருவிய பிறகு பருகினால் 'வினியிசில்' சத்திவுடன் துடைவுங்கள். இது அடைப்புக்களை ஊடுருவிச் சென்று அழக்கை தீக்கும். பிறகு 'ஆல்புரஜன்ட்' லோஷனை பருகிய தோய்த்து கண்ணு குளம நீங்கலாக மிருதுவாகத் தடவுங்கள்

என்ற மருத்தை பதின்மூன்று வயதிற்குட் பட்டேசர், கர்ப்பினி இவர்களைத் தவிர்த்து எண்ணெயோடுக்குக் கொடுப்பாம். ஆனால் இதை மருத்துவமர் கவத்தாலோசித்த பிறகு செய்ய வேண்டும்.

அன்புமதி,

செக்ஸன்-41.

என் உடலில் நோற்றமே மிருதுவாக இல்லை. வறட்சியாக இருக்கிறது. நான் 'பலிச்'சென்ற நோற்றத்துடன் பனபனப் பாக மற முடியுமா?

கைகால்வறட்சி சொர சொரப்பு ஏற்படுவதன் காரணம். 1. முதுகம். 2. கைட்டின் 'ச' சத்துக் குறைவு. 3. போதிய கவனிப்பின்மை. அதிக நோய்தீரில் இருப்பதாலும் பரத்திரம் கருவுதல். துணி தோய்த்தல் போன்ற வேலைகளாலும் கை கால் களை மிழந்து காணப்படும்.

கருணைக்கிழங்கு வேகவைக்கும்மீதமான தீரில் சிதிது நேரம் கைகளை நனைக்கக் கைகள் பலிச்சிடும் வெதுவெதுப்பான தீரில் ஒரு மன்பூன் உப்புக் கலத்து கால்களை அமிழ்த்த சொரவு தீங்கும். கால்கள் சத்தப்படும். அதிக வினைய கொடுத்து வேல்கள் வாங்க முடியாதவர்கள் கிரிசரின் தடவி வர சருமம் மிருதுவாகும். சிறுதுளி வெண்ணெய் தடவ சருமம் பலிச்சிடும். காரட் இலைவைச் சமைத்து உட்கொண்டு வரவோ அல்லது அரைத்துக் கை கால்களில் பூசி வரவோ செய்தால் பேரழமியாகலாம்.

கால் நகங்களை தீனியில்லாமல் சமமாக வெட்டிவிட வேண்டும். எலூரிச்சைச் சாறு ஒரு மன்பூன். ஒரு மன்பூன் தேங்காய் எண்ணெய் கலத்து தடவி சற்று களி, குளிக்க வேண்டும். அதிக பித்த வெடிப்பு உள்ளவர்கள் சிறிது வேப்பெண்ணெய், சிறிது வினக்கெண்ணெய் கலத்து கைகளை நன்கு சத்தம் செய்த பிறகு தடவ எளிதில் மனறவும். அதிக செவவேலில்லாமல் அழகைப் பாதுகாப்பதும் சிறந்த கலையே

நாளொரு கிரையும், 'சாவட்' வரப்படும் பச்சைக் காய்கறிகளும் உணவில் சேர வேண்டும். ஐந்தாவது மன்பூன் முகைக் கிரை சாறுடன், மஞ்சள், மாவினல் கொழுத்து பகை. ஒரீண்டு வேப்பிலைப் பகை, துணி இலை கலத்து மருத்தில் பற்று போல் (மாஸ்க்) தடவும் பொழுது வடு இல்லாமல் பருக்கள் மனறத்து முகம் பலிச்சென் இருக்கும். தினம் எட்டு தம்னர் தீர் குடிவுங்கள். மலச்சிக்கல் இருக்கக் கூடாது. ஆய்விவ மருத்துவத்தில் 'டெட்ராசைக்விட்'

எனக்கு மனோஹரனிடம் அளிப்பதுடன் உணரவில் வயலாறாகக் கிணையை அடிக்கடி சேர்ப்பது நல்ல பலன் தரும். பாலில் தேன் கலந்து கொடுப்பதும் உதவும். ஆனால் இதனால் உடலில் சற்று எடை கூடலாம். வாய்ப் புள்ளிகள் ஆற மணத்தக்காவே கிணையைப் போன்ற சிறந்த கிணை இயல்பை, தஸ்ஸென்ஸெயும் 'பி லாம்பென்சன்' சத்து நினைந்தது. 'டபிள் சின்' என்ற கழுத்தின் கீழ் சந்தையுடையவர்கள் நுரீய்க்கம் மெல்லு வது சிறந்த பரிநீரி.

## அழகுக்கலை நியுனாரக...

வடிவ முடிபுடையவர்களும், சற்று வயதானவர்களும் தன் தொங்கட்டாணை அணிவது முக்கந்தச் சற்று தீனமாகவும், வயது குறைந்தும் எடுத்துக்காட்டும்.

காதோடு ஒட்டிய சிறு தொங்கட்டான் பத்து முதல் பதினாத்து வயது வரை உள்ளவர்களுக்குச் சிறந்தது.

பகல் பொழுதிலும், வேலைக்குச் செல் லும் நேரத்திலும் பெரிய காதணிகள் அணிவது சிறக்காது.

தோடு, ஸ்ரீமிக்கி இவை நடுத்தர வயது வரை நன்கு பொருத்தும். தலைவயத்துக்கி கொண்டைபோட்டு அதிக தீன காதணிகள் அணிவது பொருத்தமற்ற இருக்கும். கசீதார் அணிபவர்கள் வயதான வரின் பிள்ளைக் காதணிகள் அணிவலாம். தலைவயப் பின்னி மெலிதாந்து பூ வைக்கும் பொழுது மாட்டையை தளவாக்கிலும், தழுவ பின்னி பூ வைக்கும் பொழுது பக்கவாட்டிலும் மாட்டையை அணிவ வேண்டும். முகத்திற்கு மேல் அப் செய்பும் தாம் எக் காதணம் கொண்டும் கழுத்தையும் காணவும் மறக்கக் கூடாது. 'குது' எனப்படும் கண்ணகலில் பூகம் சாயம் மாணவ இரவு நேரங்களில் சிறக்கும் நம்மார் பெண் களுக்கு அதிகமாக 'பிங்க்' 'பிரவுன்' குதுகளை பொருத்துவின் றன.

எங்குப் பூ நாகி முகத்தில் கணை கொண்டு மூக்கின் குறைபாடுணை மேக் கப்பிய மூலம் மறக்கலாம். ஆனால் இவற்றை நேர்ப்பு கவினக்கம் பெற வேண்டும். மூக்கில் கருப்பு புள்ளி, கரகரப்பு இல்லாமல் இருக்க பாயத்தம் மரவு, பால் கலந்து தடவி தேய்த்துக் குளித்தால் பனிச்சொல்லிடுக்கும்.

உதடுகளில் வெடிப்பு களைத் தவிர்த்து கிளசரின், தெய், வெண்னெய் தடவலாம். லிப்ஸ்டிக்கின் மூலம் உதடுகளின் குறைபாடு களையும் சரிசெய்து கொள்ள தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். லிப்ஸ்டிக்கின் மேல் பூகம் 'லிப்ஸ்கான்' உதடுகளுக்குப் பண்பாப் பூட்டும்.

லிப்ஸ்டிக்கை முறைபாக லிப் ஸ்ரவுன் னால் பூசவேண்டும். மெல்லிய சற்று தீண்ட

கழுத்து மிக அழகு. இவர்கள் கழுத்தோடு ஒட்டிய அணி கலங்கள் அணிவலாம். குட்டை கழுத்து உடையவர்கள் முடிவை உயர்த்திச் செய்யும் கிணைவங்காரம் கழுத்தை மெல்லியதாகவும் தீனமானதாக வும் காட்டும். கழுத்திற்கும் கீழ், மாஸ்க் போன்றவை தெய்ய. இல்லையெனில் கருக்கலத் தோன்றும். குட்டை கழுத்து உடையவர்கள் அதிக பூ வைக்க விரும்பும் பொழுது சற்று உயர்த்தி வைத்துக் கொள்ள லாம். அதிக ஒளியினையவர்கள் பூவை சற்று இறக்கி தார வைப்பது குறைவை மறைத்து விடும்.

— டாக்டர் கமலி.





# லிம்கா பாரட்டிக்கு வாங்க



## லிம்கா விருந்தாளி

லிம்காவின் தீவிரமான உயரமான தரத்தை உறுதிப்படுத்தி உங்கள் விருந்தினர் மகிழ்ச்சி கொள்ள கொள்ளும்



## லிம்கா வால்கள்

உயரமான தரத்தை உறுதிப்படுத்தி உங்கள் வால்களுக்கு மகிழ்ச்சி கொள்ளும்



## லிம்கா விளையாட்டு வீரர்

லிம்காவின் உயரமான தரத்தை உறுதிப்படுத்தி உங்கள் விளையாட்டு வீரர்களை மகிழ்ச்சி கொள்ளும்



## லிம்கா பயணி

லிம்கா தீவிரமான தரத்தை உறுதிப்படுத்தி உங்கள் பயணிகளுக்கு மகிழ்ச்சி கொள்ளும்



பேரரசு கட்டுமானம் செய்யும்  
பேரரசு கட்டுமானம்  
பேரரசு கட்டுமானம்

PALESTER, 1988-89

**மேலே ராசி:**

அகஸிணி, பரணி, திருத்திகை - 1 ஆம் பாதம்.

மாதத்தின் முதலிரண்டு வாரங்களில் சற்று கமாரான பலன்கள் தடைபெறும் எனினும், உடல் நலம், மன நலம், பொருளாதாரம் இவை சற்று கிரமத்தைத் தரும் வன்மை அடையும். குறிப்பாக முதலிரண்டு வாரங்களில் கைவலம் மனைவி இவர்களுக்கு விடைபெறும் என்றெக்கத்தில் சற்று விசிசல் காணலாம். ஆயினும் மாதத்தில் பிற்பகுதி அந்த நிலை மாறி பரம்பரம் இணைத்து பழகுவின்ற நிலை உண்டாகி நடுமப்பத்தில் மீண்டும் மகிழ்ச்சி ஏற்படும். பிற்பகுதியில் கோத்திக்குச் சற்று பங்கம் விளைவலாம். அது உத்தியோக ரீதியில் ஏற்படும் தவறாகவும் இருக்கலாம். அல்லது தொழிற் துறையில் ஏற்படும் ஏமாற்றமாகவும் இருக்கலாம். மொத்தத்தில் சிறந்த மாதமென்றோ, அல்லல் தரும் காலம் என்றோ கூறமுடியாத மத்தியநிலை காலமாக இருக்க ஏற்றமும் ஏற்படும். அதே சமயம் மாதத்தில் பிற்பகுதியில் பங்குமும் ஏற்படலாம்.

**நிலைப ராசி:**

திருத்திகை 1, 3, 4 ஆம் - பாதங்கள், ரேவதி, மீருகிரிஷம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

மாதத்தின் முதலிரண்டு வாரங்களும் மனக்குழப்பத்தை உண்டாக்கக் கூடிய சூழ்

நிலைபவத்தால் ஏற்படுத்தும். ஆடலையில் உள் உக்கிரன், செவ்வாய், புதன் திசை தடப்பலர்களுக்கு மட்டுமே சற்று மன நலம் மதி இருக்கும். ஆயினும், மாதத்தில் பிற்பகுதி மனமெதிரைத் தருவின்ற பொக்கில் அமைபும் அந்த சமயத்தில் கைவலர்ணும், சமூக சேவகிலும், அரசியலில் ஈடுபட்டுள்ள பெண்களும் பாராட்டினைப் பெறுவார்கள். தெந்திரைப் பிரவாணம் ஒன்றுக்கு ஏற்பாடு ஆகும். உடல் நிலை உஷ்ணக் கோளாதால் பாதிக்கப்படும். சற்று சிக்கலான மாதமாக முற்பகுதி இருந்தாலும், பிற்பகுதி பலவிதத்திலும் தன்மைதரும் நிலைமை உருவாக்கும்.

**மிதுன ராசி:**

மீருகிரிஷம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவாதிசை, புனர்பூசம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

குருவும், உக்கிரனும், புதனும் ஒரு சேர தன்மையைத் தரும். அதே நேரத்தில் செவ்வாயும் சூரியனும் தானைக் குறைவையும், உடல் கொக்கலையும் ஏற்படுத்தி மனத்தை அலைக்கவிடப்பார்கள். சனியும் சற்று மாறான பலனைத் தருவார். இதன் காரணமாகப் பணவிரயம், ஏமாற்றம், புதன் மாற்றம் என ஏதோ ஒரு விதத்தில் குறை ஏற்படும். ஆயினும் இதுவரை நட்புச் சென்ற திருமணமும், பதவி உயர்வும், உக்கிர தாசை நடப்பலர்களுக்கு உட்டாயம் கை கூடி வரும். படத் துறையினர், கைவலர்கள் மற்றும் நுணுணப் பொருள் விலாபாரிகள், ஆய்வு விற்பாண வானிகள் தங்கள் துறையில் சற்று கூடுதலான உபத்தையோ, விலாபார அபிவிருத்தியையோ எதிர் பார்க்கலாம்.

**கடக ராசி:**

புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்லம்.

விட்டியல் அமைதி தீவையும், தொய் தீரும். பொட்டிகளில் வெற்றி கிடைக்கும். அது



**இந்த மாதம் எப்படி?**

**அக்டோபர் '90**

வினையாட்டுத் திட்டவிலும் கிடைக்கலாம். அய்யவது வேலை நேடும் படலத்திலும் அமைமலாம். மாதத்தின் பிற்பகுதி முற்பகுதியை விட மேன்மைவாக இருக்கும். அரசுப் பணிவாணர், காவல் துறையினர், மற்றும் கலாத் துறையினர் அமோக பெற்றினையப் பெறுவர். இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு இந்த மாதம் இரட்சியான மாதமாக இருக்கும். உய் திவழ்ச்சிக்கும், உபயாத்தினர்க்கும் ஏற்பட்டு உபச் செலவுகளுக்கு வாய்ப்பும் உண்டு.

## சிம்ம ராசி:

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

இந்த மாதம் சிம்ம ராசிக்காரர்கள் எதினும் தலைவிரட்டாமல் கம்மா இருந்தாலே போதும். எந்த கிரகமும் எந்த விதத்திலும் உதவக்கூடிய நிலையில் இல்லை. எனவே, வாய்மையில் பணிபுரியும் பெண் காரணாலும் சரி, அரசுப் பணியில் பணிபுரியும் ஆண் காரணாலும் சரி கவனக் குறைவுக்கோ, அலட்சியத்திற்கோ இடம் கொடுக்காமல் தங்கள் பணியைச் செய் வேண்டிய சூழ்நிலை. வீண் வாய்ப்பும், விரையமும் ஏற்படும். ஒரு சிலருக்குக் கண்டோலும் ஏற்படும். துஷ்ணை ஆளுகின்ற தன்மைபெற்ற மக உட்சத்திரக்காரர்களுக்குக் கூட முகராசியில்லை. பூர நட்சத்திரக்காரர்களுக்கு பூராவும் சோதனைதான். கங்கிரன் மட்டுமே, மாதத்தின் கடைசிப் பகுதியில் குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சியைத் தரத்தக்க சூழ்நிலையை உருவாக்குவார். அதனால் சிவன் வீட்டில் உபநிஷத்சிக்கு இடமுண்டு.

## கன்னி ராசி:

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

ராசினாதல் இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு உச்சமடைத்திருந்தாலும் செலவினத்தைக் கடுதலாகவே கொடுப்பார். மிச்சம் மிதி ஏதும் இருக்க முடியாது. சூன காரணமிய குறையும் நீச்ச பங்கத்தை அடைந்துள்ள கங்கிரனும், வீட்டில் உபநிஷத்சிகள் ஏற்படுவதற்கு உரிச சூழ்நிலையை உருவாக்குவார்கள். அதனால் பெண்ணுக்கோ, அப்பனுக்கோ இதுவரை தடைப்பட்டிருந்த திருமணம் கைகூடியதும், ஒரு சிலருக்குப் பதவி உயர்வு கிடைக்கக்கூடும். விருத்தினர்கள் லரையும், பாத்திரை செய்வதன் மூலமும் சிலருக்குச் செலவு கடுதலாகும்.

## துலா ராசி:

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், கவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு இந்த மாதம் ஏற்று சோதனை மிக்கதாகவே இருக்கும். இடமற்றமோ, உழைச் சம்பந்தமான விவாதியோ, பண தண்டமோ ஏற்படலாம். எனவே வாகனங்களில் செல்லும் போதும் ஜாக்கடமாரட்டம் அதிகமுள்ள இடத்தில் நடக்கும் போதும், திருடர்களால் தண்டம் ஏற்படும் சூழ்நிலைதெரிகிறது. அதுபோலவே கவாதி தட்சத்திரப் பெண்கள் குறிப்பாக வங்கி போன்ற பணப் புழக்கம் உள்ள இடங்களில் பணிபுரியுபவர்கள் ஏமாறுவதற்கு வாய்ப்பு உண்டு. கண்கவரணால், இரும்புத் துறையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு மட்டுமே லாபம் உண்டு.

## விருச்சிக ராசி:

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுரம், கேட்டை.

ஒரளவுக்கு மனமில்மதி அளிக்கும் மாதமாகும். தவறாபதும், பரிசும் பட்டமும் சிலருக்குக் கிடைக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது. குடும்பத்தில் இதுவரை கணவன், மனைவிக்கு இடையே இருந்த மனவேற்றுமை குறைத்து தெருக்கமான உறவு ஏற்படும். அது போலவே பிரிந்துவாழ்வின்றதம்படுகளுக்குக் கூட மீண்டும் சேரும் வாய்ப்பு தெரிகிறது. கல்வித் துறையிலோ, கலாத் துறையிலோ, புத்திரர்கள் பரிசையோ, பட்டத்தையோ பெறுவதைக் கண்டு பெருமைப்படத்தக்க வாய்ப்பினை சில பெற்றோர்கள் பெறுவார்கள். வெளிநாட்டிலிருந்து வரும் செப்திகள் தற்போது மன தீர்மானியத் தரும். திரைப்படத் துறையில் உள்ளவர்களுக்கு அவர்கள் புது முகக்களாக இருத்தாலும் சரி, பழைய நடிகர்களாலும் சரி தல்லதொரு வாய்ப்பினைப்பெற்றிருக்கிறார்கள். ஒரு சிலருக்குப் புத்திர உற்பத்தி உண்டாகும்.

## தனுசு ராசி:

மூலம், பூரட்டம், உத்திராட்டம் 1 - ஆம் பாதம்.

மாதத்தின் முற்பகுதியை விட பிற்பகுதியே தன்மைவாத் தருகின்ற சூழ்நிலையை உருவாக்கும். பணி மாற்றமும், ஏற்றமும் ஒரு சிலருக்கு மன மகிழ்ச்சியைத் தரும். அதே சமயத்தில் கண்கவரணால் சில தொல்லைகளும் உண்டு. அரசுப் பணிவாணர்கள் மேலதிகாரிகளின் கோபத்திற்கு ஆளாகலாம். தெருப்போயோ, திருடர்களாலோ பொருள் தண்டம் ஏற்படும் சூழ்நிலையும் தெரிகிறது. கணவன் தவறானதுக்கு யாத்திரை செல்லும் வாய்ப்பு சிலருக்குக் கிடைக்கும். ராசினாதல் உச்சமடைத்திருந்தாலும் உதவி செய்யும் நிலையில் இல்லை. எனவே

தகர்க்கப்பட்ட விலையில் உயர்தரமான  
சேலம் எவர்தில்வர் மில்க் பாய்லர்கள்



# Murugan

## MILK BOILER

- பரிசுளிக்க சிறந்தது
- உபயோகத்திற்கு எளிதானது
- சேலம் AISI 304 எலக்சிஸ்வர் தயாரிப்பவர்களுக்கென

தயாரிப்பவர்கள்

### முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்

81, பொன்னம்பலம் செட்டி பத், மானாண்டி 600 003  
பேண் 552182

தயாரிப்பவர்கள் முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ் மில்க் பாய்லர்கள்.

சரியான தயாரிப்பவர்கள்: செலம் எவர்தில்வர்

'செலம் எவர்தில்வர்' மாதிரி செலம் எவர்தில்வர் உயர்தரத்தோடு  
சொந்த வீடு பெறுங்கள்!

**காசி குருப் ஹவுசிங் பேனிட்டி கிட்டம் முகம்**

- |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| ரூ. 1000 கட்ட செலம்      | ரூ. 2000 கட்ட செலம்      |
| 1. 1 லட்சம் பெறுமான வீடு | 2. 2 லட்சம் பெறுமான வீடு |
| ரூ. 1500 கட்ட செலம்      | 3. 3000 கட்ட செலம்       |
| 1.5 லட்சம் பெறுமான வீடு  | 4. 3 லட்சம் பெறுமான வீடு |

செலம் எவர்தில்வர் இண்டஸ்ட்ரீஸ்  
செலம் எவர்தில்வர் செலம் எவர்தில்வர்

A குருப் 2வது குறுக்கம்: 14.10.90 B குருப் முதல் குறுக்கம்: 14.10.90

பெண் எவர்தில்வர் செலம் எவர்தில்வர்

## காசி பிஸ்டர்ஸ்

காசி பிஸ்டர்ஸ் கட்டிடம்  
91-92, துருவாரம் செலம் எவர்தில்வர்  
துருவாரம், செலம் எவர்தில்வர்  
பேண்: 4522389, 4521969



காசி பிஸ்டர்ஸ் கட்டிடம்





கருங் கூந்தல்  
வெர்ச்சிகரூர்  
கண்களில்  
குவிர்ச்சிக்கும்...

40

மூலிகைகள் திணைந்த  
கிரௌன்  
மெர்பல் மெட் டரலிக்

And nothing equals  
the delicate fragrance of  
Crown Perfumery Co.  
"Crown" perfume is made  
from the finest materials,  
and is of the highest quality.  
It is a true perfume,  
and is of the highest quality.  
It is a true perfume,  
and is of the highest quality.  
It is a true perfume,  
and is of the highest quality.



கிரௌன்

மெர்பல் மெட் டரலிக்  
- கிரௌன் அரலிக்  
இந்த நகர தடுக்கும், உத்தம உதிராமல் காக்கும்.



40  
Crown Perfumery Co.  
Crown Perfume  
Crown Perfume  
Crown Perfume

1904-05-10

எச்சரிக்கையுடன் இருப்பது நலம்.

**மகர ராசி:**

உச்ச ரூபவின் உன்னதமான பார்வை பெற்றுள்ள இந்த ராசிக்காரர்கள் சலீல் வரணைப் பற்றிச் சஞ்சலப்பட வேண்டிய நிலை. மனைவி வகையில் சிலருக்கு திடமோ, புணமோ, நுகையோ லாபமாகக் கிடைக்கும். அந்த அளவுக்கு மனைவியின் பிதூராதித சொத்தில் பங்கு வர இருக்கிறது. எல்லோருக்கும் கிடைக்குமென்று எதிர்பார்க்க வேண்டாம். உள்ளபடியே இது விஷயமாக ஒரு சிலருக்கு மட்டுமே (வர வேண்டிய சொத்துக்கள் மூடங்கித் திடத்த நிலை மாறி உரிய முறையில்) பங்கு கிடைக்கும் வாய்ப்புத் தெரிகிறது. அதற்கேற்ற தருணமாக இருப்பதால் முயற்சி செய்யலாம். நபிகள், கலைஞர்கள், பொறியியல் துறை யினர் மற்றும் கணக்காயர்கள் போன்றவர்களுக்கு எதிர்பார்த்த பதவி உயர்வோ, மாற்றமோ ஏமாற்றமின்றி கிடைக்கும்.

**கும்ப ராசி:**

அடிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

சிறந்த ஒரு மாத்மாக இருக்கும். குறிப் பாக மாதத்தின் பிற்பகுதி மன மகிழ்ச்சியைத் தரக்கூடிய பகுதியாக இருக்கும். வீட்டில் கப நிகழ்ச்சிகள் தடப்பதற்கும் திருமணம் போன்ற வைபவங்கள் ஊக்கடி வருவதற் கும் ஏற்ற சூழ்நிலை உருவாகியுள்ளது. எதிர் பாராத நேரத்தில் எதிர்பாராத இடத்தி லிருந்து வரன் வந்து மகனுக்குத் திருமணம்

நடத்த வேண்டிய வாய்ப்பு சில சதய நட்சத் திரக்காரர்களுக்குண்டு. ஒரு சிலருக்கு மட்டும் மனதோயோ முழங்கால் இடுப்பு போன்ற இடங்களில் வலியோ ஏற்படக் காரணமுண்டு.

**மீன ராசி:**

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

மீன ராசிக்காரர்கள் பட்டுப் பட்டா டைகள் வாங்குவதற்கும் ஆபரணங்கள் வாங்குவதற்கும் உரிய சூழ்நிலை உருவாகி யுள்ளது. வெளிநாட்டுப் பயணத்தால் ஒரு சிலருக்குப் பணவரவு உண்டு. மாணவ, மாணவிகளுக்குப் பரிகளும், பட்டங்களும், கிடைக்கலாம். கலைஞர்களும், நபிகளும் புதிய ஒப்பத்தங்களினால் தனவாபமும் புகழும் பெறுவார்கள். அவர்களுக்குப் பாராட்டும் பரிகளும் கிடைக்கும். நபிக் களில் இந்த ராசியைச் சார்ந்தவர்கள் சிறந்த நபிகள் எனும் பட்டத்தைப் பெறும் வாய்ப்பினைப் பெற இருக்கிறார்கள். மற்ற படி இதுவரை இருந்த மனக் தலையை மாறி - தொழிலிலும் சரி, குடும்பச் சூழ்நிலை யிலும் சரி சிறந்ததொரு முன்னேற்றத்தைக் காண இருக்கின்றார்கள்.

**மாலவிய யோசம் பெறும் மங்கை யார்?**

இதற்கு முன் பத்ரயோகத்தைத் தரு கின்ற புதனின் பெருமையைப் புரிந்து கொண்டோம். ஐரோகயோகத்தைத் தரு கின்ற அங்காரனின் அருமையை அறிந்

## கீம்மாத கீல்ஸ்த்தாசி ரீபாட்டி

பெரூன்: ஸ்மிட்

கடைசித் தேதி: 15.10.90.

### சமையல் கூப்பன்

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்குடன் அனுப்பியுள்ளீர்கள் இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியாகாதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

தோம். சரபோகத்தைத் தருவித்த சனித்  
வரசின் தனித் தன்மையையும், தெரிந்து  
கொண்டோம். தாம் சரபோகத்தை அளித்  
தென்ற அந்தண விக்ரமணியாவிய குருவின்  
கடாட்சம் எத்தகையது என்பதையும் தென்ற  
வாசம் படித்தும் பார்க்கிறோம்போம். இனி  
மகத்தானதும் மங்களகரமானதுமான  
மாலங்கய யோகத்தைப் பற்றி அபிய முற்  
படுவோம். மாலங்கய யோகத்தைத் தருவித்த  
மாண்பு அரகு குருவாவிய கக்கிரனாக உதித்  
தானும். ஒரு ஜாதகத்தில் கக்கிரன் துவர்  
ராவியிலோ, அல்லது ரீஷப ராவியிலோ  
ஆட்சி பெற்றோ அல்லது பிரகம்பதி எனும்  
தேவ குருவின் இராவியான மீனத்தில் உச்சம்  
பெற்றோ சந்திரனாகவோ அல்லது வக்கினத்  
திரை ராவோ சதாவது ஒரு கேந்திரத்தில்  
தின்றாவோ. அந்த ஜாதகருக்கு மாலங்கய  
யோகம் ஏற்பட்டு மகத்தான அதிருஷ்டம்  
வந்ததாயும்.

அதுபோலவே பெண்மணிக் கட்டை  
கையில் கக்கிர யோ ரோஜா திரத்தில் உப்ப  
வாக தின்று (உ - ௪) அதன் மேல் சக்கரமோ,  
சங்கோ காணப்பட்டாலும் அத்தகைய  
மாலங்கய யோகம் சித்திக்கும். அதே சமயம்  
சந்திர மேட்டில் விரா சந்திரி மிகத் தெளி  
வாகத் தெரிய வேண்டும். சூரிய மேட்டில்  
செங்குத்தாக (உ - ௧) ஒரு நேகைக் காணப்  
படுவேண்டும். சிறந்ததொரு விதி நேகையும்  
(உ - ௨) கையில் அமைத்திருக்க வேண்டும்.  
அப்படி அமைத்தவர்களுக்கு ஏற்படும்  
மாலங்கய யோகத்தால் மகத்தான தன்மையு  
டும், மங்களகரமான மன வரவுவும் அவை  
வும். கன்னிவந்த கணவன் கவிதையவர்  
சம்பாதித்துத் தரும் பாக்விவந்த அப்பெண்  
மணி அடலான். அத்துடன் அவரது வாழ்  
வில் வாகன யோகமும், வீட்டுக்கூட கட்டும்  
அதிருஷ்டமும் கிட்டும். தனவந்த இளமையு  
டும் பெற்று இனிவதொரு வாழ்க்கையை  
அனுபவிப்பார். போதுமென்ற அளவுக்குக்  
குழந்தைகளும், அக்குழந்தைகளினால்  
பெருமையும் பெறுவார்.

மாலங்கய யோகத்தைப் பெற்றுள்ள பெண்  
மணிக் பேச்சும், தடை அடைபாவுமையும்,  
நாண்போலக் கவரத்தக்கதாக இருப்பதுடன்,  
இனிமையும், இளமையும் கலந்து உறவாகும்  
தனித் தன்மையையும் பெற்றிருக்கும். அத்  
தகைய பாக்விவந்த அங்குக்கு அளிக்கும்  
பெருமை சந்திரனுக்கும் குருவுக்கும் உண்டு.  
அத்துடன் சனிவரபகவான் அவரது  
கணவரின் தொழில் அல்லது உத்தியோகம்  
திவந்தில் தங்குதொரு முன்வோற்றம் காண  
பக்க பலமாக இருப்பார். சூரியனோ, சமூகத்  
தில் அவரை அணைவரும் விருப்பத்தக்க  
முறையில் அவருக்குச் சேவை உணர்ச்சியை  
அளிப்பார். அவரது கையில் புதன் மேட்டில்  
காணப்படுகின்ற சிவ நேகைகள் (உ - ௨)  
அவருக்குப் பெருமை அளித்தென்ற கைகளில்  
அருமைபான குழந்தைகளை அவர் பெற்

றிருப்பார் என்பதற்கு அடலவாசமாகக்  
காட்டும். இத்தகைய சரிய மங்களத்தையும்  
அளிக்கும் மாலங்கய யோகத்தைப் பெற்ற  
பெண்மணிகள் எளிய குடும்பத்தில் பிறத்  
திருத்தாலும், திருமணத்திற்குப் பிறகு தனது  
யோக சக்தியால், தன்னைக் கைப்பிடித்த  
கணவனை பெரும் செல்வத்தனாக ஆக்கிக்  
கடிய ஆற்றல் திறந்தவர்களாக ஆகிவிடு  
வார்கள். பெண் குழந்தியை மணந்து கொண்  
டதற்குப் பிறகு மகத்தான மாற்றத்தையும்,  
சமூகத்தில் ஏற்றத்தையும், சராசரமான செல்  
வத்தையும் பெற்றுத் திவந்திவந்த அநேகரைச்  
சமூகாயத்தில் தாம் இன்னும் காணலாம்.  
திருமணத்திற்குப் பிறகு உத்தியோக உயர்வு  
பெற்று உச்சைத் திவந்திவந்த வந்த கணவன்  
மாகும் உண்டு. சிவ தொழிலை ஆரம்பித்  
துப் பிறகு மணவீதியின் அநிருஷ்டத்தால்  
பெரிவதொரு தொழில் அதிபராக மாறிய  
எத்தகையவோ செல்வத்தினர், தங்களது  
மணவீதியிடம் காணப்பட்ட மாலங்கய யோகத்  
தால் தான் அந்த திவங்கை அடைந்துள்ளனர்  
என்பதைத் தாம் கண்டுகொள்ளும் முறையும்.  
எனவே பெண்மண இத்தகைய யோகத்தை  
அடைய வெண்ணிதோறும் கக்கிரனின் அநி  
தேவகையாவிய வக்கிரி நேவியைத் தாமரை  
மணிகளால் அர்ச்சிப்பதுடன், ஆதி சங்கரர்  
அருளிச் செய்துள்ள கங்காரா கந்தோத்திரத்  
தையும், வக்கிரி அஷ்டோத்திர தாமகணியை  
யும் பாராயணம் செய்து வரவேண்டும்.  
அவ்வாறு அர்ச்சித்து வந்தால் வீட்டில்  
பொன்மரக் பெய்வணியை என்றாலும்,  
பொற்காகைகளைச் சம்பாதிக்கும் ஆற்றலை  
வாவது அந்தக் கணவனின் நமக்கு உண்  
டாகத்தித் தருவான் என்பதில் ஐயமில்லை.

— தெவகாட்சி விருஷகன்.



புதிய

# மோத்தி ஸாண்டல் சோப்பு



உங்களுக்காக...  
உங்கள் மேனி  
எழிலுக்காக  
மோத்தியில் நிறைந்திருக்கின்ற  
மோத்தியில் மணக்கத்து  
சந்தனம்... சந்தனம்.

மேனி  
எழிலின்  
பிரதிபலிப்பு  
டாடா தயாரிப்பு



‘திருமண நாக்’....! ஒவ்வொரு பெண்ணின் வாழ்க்கையில் மிக முக்கியமான நாக்! கணவனின் துணையோடு, புதிய வாழ்வு தொடங்கும் நேரம்! பழைய பெற்றோரை, உடல் பிறப்புகளை விட்டு... புதிய தொகு உலகத்தில், தெரிவாத மனிதர் எனோடு... எதிர்காலம் தொடங்கும் நேரம்! தூதகப் பொருத்தங்கள், தூயர் ஒதிய மத்தி ரங்கள், பெரியோர் வழங்கிய ஆசிகள் - அன்போடு சரி! காதுத் திருமணங்கள், உதவில் திருமணங்கள்... என்றவைகளில் தெரிந்த திருமணங்களில்... எவ்வொருமே புதுமுகங்கள்... தம்பதிகள் உள்பட!

விவாகரத்து பெருகி வரும் இந்த காலகட்டத்தில், ஒருவரையொருவர் புரிந்து, காண்பித்து வாழ்வது மிக மிக அவசியம் தம்பதிகளுக்கு! வெளும் வெளித் தோற்றத்தைப் பார்த்து, மற்ற ‘வசதி’ (!)களை எதிர் பார்த்து கண்களை மூடிச் கொண்டு.... மனத்தில் ‘குதிப்பது போல்’ நடக்கின்றன - இந்தக் காலத்திருமணங்கள்!

மனநிலை, வாழ்க்கையில் விருப்பு, வெறுப்புகள், நாட்டங்கள், கை, கலாசார பிடிப்புகள், தாள் எப்படிப்பட்ட கணவரை (ஆள்வது - மனைவியை) எதிர்பாரக் கிறோம்... என்ற தெளிந்த மனநிலை இல்லாமை, திருமணம் முடிந்த சில மாதங்களில்... தாம் ஏமாந்து விட்டோமோ...? என்ற பயம் போன்றவை... விவாகரத்திற்கு ‘முதற்படி’ அமைக்கிறது...! திருமணமான, ஒன்று அல்லது இரண்டு ஆண்டுகளில் பிரக் கணங்கள் மூளைக்கின்றன... குழந்தை ஒன்றும் பிறந்து விட்டால்... கேட்கலே வேண்டாம்! ‘டென்ஷன்’ தாக்! மனம் வளரும் மூட்பெ (திரு) மனம்! கைகிறது! உரணம் பெரும்பாலும் தம்பதிகளே!

உடனடிவக்காலமே திருமணம்... என நினைக்கும் ஆண் களும், ‘திருமணம்’ நடத் தாக் தாக்... மதிப்பு! என நினைக்கும் பெண்களும் - இன்றும் இருக்கிறார்கள்! உடல் பரி தணித்ததும்... உள்ளக்குழுறுங்கள் ‘எரிமலை’ வெண் வெடித்து, புனிதமான ‘மாங்கல்யம்’ - ஒரு முட்டைப் பூச்சி மூத் தாகவோ, அரளி விதைகளாகவோ, தூக்குக் கவிறாகவோ.. சில சமயங்களில் ‘மனைவி’ எரிப்பாகவோ, கொல்லையாகவோ மாறு

கிறது! மனத்தை மற்றவர் புரிந்து கொள்ளா மல்... தப்புறவை வளர்க்காமல் இருந்தால்... வாழ்வில் இருட்டுதான் மிதகம்! ‘பட்டம்’ பெற்றால் போதுமா?

ஊதாரி மனைவியும், பொறுப்பற்ற கண வளும், சேமிப்பு, செலவும் பற்றி கவனம்ப் படாமல், செலவழிப்பதையே பெருமை யாக நினைத்தும் தம்பதிகளும் - வாழ்வில் பெறப் போவது ‘இன்பம்மல்’.. தூத்பல் கின! இன்றைய சமூக குழந்தைகளில், விணல் வரவி உயர்வில், ஊழல் மிகுந்த போக்கு களில் அமைதிவாக வாழ்வதே பெரும் பிரச் ணைதான்! நிம்மதியுடன், இனிமையும் வேண்டுகின்றோம்... இருவரின் உள்ளக் களும் இணைவது மிகமிக அவசியம்! இதோ சில வழி முறைகள்!

1. மனம் நிறந்து உணர்வாடுகள்! ஒரு வரையொருவர் புரிந்து கொள்ள முய ளுங்கள். விட்டுக் கொடு என்ன மனைவியும், ஆபீசில், விவாபாரமே கதி என்கு கை வளும் இருந்தால்... மனங்கள் கைக் கிபே இருக்கும், வாழ்க்கையில் பிடிப் புகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். ‘நேரம்’ என்பது கிடையாது, நாமே உற்பத்தி செய்து கொள்ள வேண்டும். தல்வ புத்தகங்களைப் படிப்பது, பாட்டு, இசைக்கருவி, வாத்தியம் ஒன்றை கற்றுக் கொள்வது, விட்டை அழகு படுத்துவது, சுற்றுப் புற வாழ்வில் நாட்டம் சொல் வது, தன் நிறைமகளை வளர்த்துக் கொள்வது என.. ஊக்கப் பாதையில் செல்லுங்கள்! வாரப் பத்திரிகைகள், ம.வி., ரேடியோ என அடிமைப் படாமல் வெளிபுகளைக் கண்டறிபுங்கள்!
2. படித்த மனைவி, தனக்குப் பிடித்தமான வேலைவையோ, தொழிலையோ செய்ய வாம். பணம் மட்டும் குறிக்கோளல்ல! நிறைமவை வளர்க்க, மற்ற மனிதர் களை அறிந்து கொள்ள, தன்னம்பிக்கை வளர இவை உதவும். உங்கலிடம் மறைத்திருந்த, தெரியாத நிறைமகளைக் கண்டு நீங்கள் விவரத்தில் அதிகம்பிரர்கள்! கணவரின் துணையின்றி பல காரியங்களைச் செஞ் வீர்கள்! வாகல் படிவைத் தாண்டாத (கோவில், திருமண நிஷக்கி விலக்கு!) எத்தனை மனைவிகள் இன்றும் உழல்

# கணவன்-மனைவி

# உறவு நிலைக்க...



தொடரின் தாக்குதல்கள் வந்தன! இவர் வந்தது 'விடு' என்பது ஒரு திறந்த கொள்கை சாஸனதான்! விடு தாமதம் இருப்பதில் அதிகமென்றால்! இப்படியே இருக்கலாமா? மனம் இறந்து போகக்கூட... வெற்றிக் கதவுகள் திறக்கும்!

3. விட்டுப் பிரச்சனையானதும் சரி.. கணவரின் அனுபவக் கதையை 'பிரேமம்' பிரச்சனையானதும் சரி - இருவருமே தனிமையில் விவாதிப்பார்கள். தீவிரமான முடிவுகள்! கூட்டு முயற்சியில் விடை

கிடைக்கும்! அப்படியும் முடிவாவியும், தம்பையான தம்பரிடமோ, உறவினரிடமோ... பிரச்சனையை அங்கங்கும், வேறு வழி திறக்கும் முகவியான விஷயங்கள்... தனியே முடிவை எடுக்கா தீர்வன்! பஸ்தோம் முடிவுகள் தவறாகவே இருக்கும்.

4. 'செயிப்பு' செய்வதில் பழக்கப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். 'சிறுவன் பெரு



வெள்ளம் என்பது போல், ஒரு ஆபத்து சமயத்தில் அத்தொனக உதவும். கடன் வாங்குவதை முடித்தவனா நன்குருக்கம். து புறவுகள் பெரும்பாலும் முறிவதெ... பண விஷயங்கள் சிதறும்! மது, சிகரெட் செலவுகளைக் குறைக்கலாம்! (விட்டால் கொம்பு நல்லது), அடிக்கடி அணி மணிகள் வாங்குவது, உபயோகபற்ற பொருட்களை வாங்குவது அடிக்கடி சிலிமா பார்ப்பது... தேனவயா?

5. ஒய்வு நாட்களில், தடுமாற்றோடு (தறிப் பாக தம்பதிகள்!) கடற்கரை, பார்க், இயற்கைவாரச்சிக்கக்கூடிய இடங்கடாக தேடிச் செல்லுங்கள். மனதுக்கு இதமா கவும், நட்புறவை வலரித்துக் கொள்ள வும்... தடுமாற்றத்தில் அவ்வாறே பிணைப் பையும் இவை ஏற்படுத்தும். ஒரு சிலிமா சென்னவத் துமித்து, மனைவியோடு, ஒரு சமயம் 'இடலில்' சாப்பிடலாயோ! குழந்தைகளை எங்காவது அழைத்துச் சென்று அறிவை வளிக்கலாம்! (புத

தகக் கண்காட்சி, ஒய்யக் கண்காட்சி, மீட்டக் காட்சி, சாலை, மீட்டிவம்... மதாரணம்!)

6. திட்டமிடுங்கள்: 'ஏன்' என்பதை நீர், 'எப்படி' செயல் செய்கிறோம் என்பதை கண்டறிவுங்கள். இச் செயல் தேனவயா? எங்கேகொடுங்கள். எத்தனும் 'அரண்' போ தும்பியிராமல், சமயம் தன்யினைவு பெற வழி தேடுங்கள். விட்டால் உறுதி யுள்ள இடங்களில் காய்கறி பழிக்குக் கம், பலம் மனதுக்கும் கண்கள் வரு மாணம் அறித்து செயல்படுங்கள். சோதனைகளைக் கண்டு பிள்ளாதீர்கள். துளித்து எதிர்கொண்டு... செயல்பட் டால் 'வெற்றி உறுதி! ஜோஸ்வம், வகீஸ், கொட்ட... என்று வந்தால் செயல்படும் மிஞ்சும் கணவன், மனைவி என்றும் இரண்டாம். இது கைகள், இது கால்கள் போல செயல்பட்டால், வாழ்க்கை இனிதே அமையும்!

— ராஜேஸ்வரி.



# கோகுலம்

மென்மேலும்

மெருகேறி வருகிறது தெரியுமா?

அக்டோபர் இதழில்...

- காத்திதி பற்றி என்ன தெரியும்?

— பேட்டிக் கட்டுரை

- தவறு என்ன தெரியுமா?

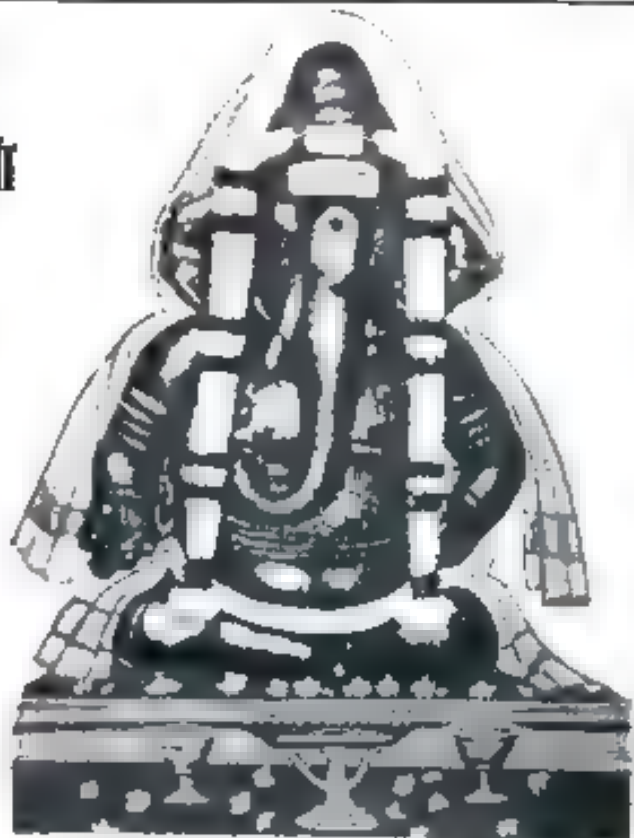
— போட்டி

- உலுவது பெண் குவிலா?

— அறிவியல் வெகதை

- கடல்எனும்கொடை, ஸ்போர்ட்ஸ், சிறுகதைகள் எல்லாம் இருக் கின்றன.

# தனித்தன்மை! இதுவே எங்கள் வெற்றியின் தனிச்சிறப்பு!



**-வலம்புரி விநாயகர்-**

தொற்றத்திலே ஒரு மாற்றம், துறிகளையிலே ஒரு தனிப்பாணி.

ஆம். உலகிலே இவ்வாறு தனிச்சிறப்புடன் உருவான சில.

சிட்டி யூனியன் வங்கி - இதே போல் தனக்கென்று ஒரு தனித்தன்மையுடன் செயல்படுகிறது.

வாடிக்கையாளர்களின் தேவைகளை அறிந்து அவர்களுக்கு ஏற்றவாறு பணிபுரிவதே எங்கள் முக்கியக் குறிக்கோள்.

உங்கள் சேமிப்பு வரை எங்களிடம் உங்கள் வசதிக் கு ஏற்ற பல சேமிப்புத் திட்டங்கள் உள்ளன.

இனிதே அனுகுங்கள் - CUB தேக்கமரம் தீட்டி உங்களை வரவேற்கக் காத்திருக்கிறது.

- சேமிப்புக் கணக்கு
- மாதாந்திர சேமிப்புத் திட்டங்கள்
- ரொக்கப் பத்திரங்கள்
- வாமன் கிளப்பாடு சேமிப்புத் தொகை
- சாவ்வரை சேமிப்புத் தொகை
- அங்கத்தாட்டு இத்திரங்களுக்கான சேமிப்புத் திட்டங்கள்

நாடுவீர் எம்மை —

பெறுவீர் தன்மை!



**CUB**

**சிட்டி யூனியன் பாங்க் லிட்.,**

பதிவு அலுவலகம்: சும்பேகோணம்-612 001.

CUB - உங்கள் வளர்ச்சிக்கேற்ற வங்கி.

CUB - அங்கீகரிக்கப்பட்ட ஆதிதிகச் செலவாசனிக் கவர்கள்



# குழந்தைகளின்

இம்மாதிரியான சொற்களை நான் என் வீட்டில் ஒருபோதும் பயன்படுத்துவதெல்லாம். ஆனாலும் இவன் எங்கிருந்து நான் இந்தச் சொற்களைக் கற்றுக் கொள்விறானோ?"

"செவ்விவா, இக் குழந்தைகள் பேசும் சொற்களைக் கேட்டவர்களா, காது கொடுத்துக் கேட்க முடியவில்லை. நான்கு குழந்தைகளாக இருந்த போது, இம் மாதிரியான வார்த்தைகள் இருக்கின்றன என்று கூட எங்களுக்குத் தெரியாது."

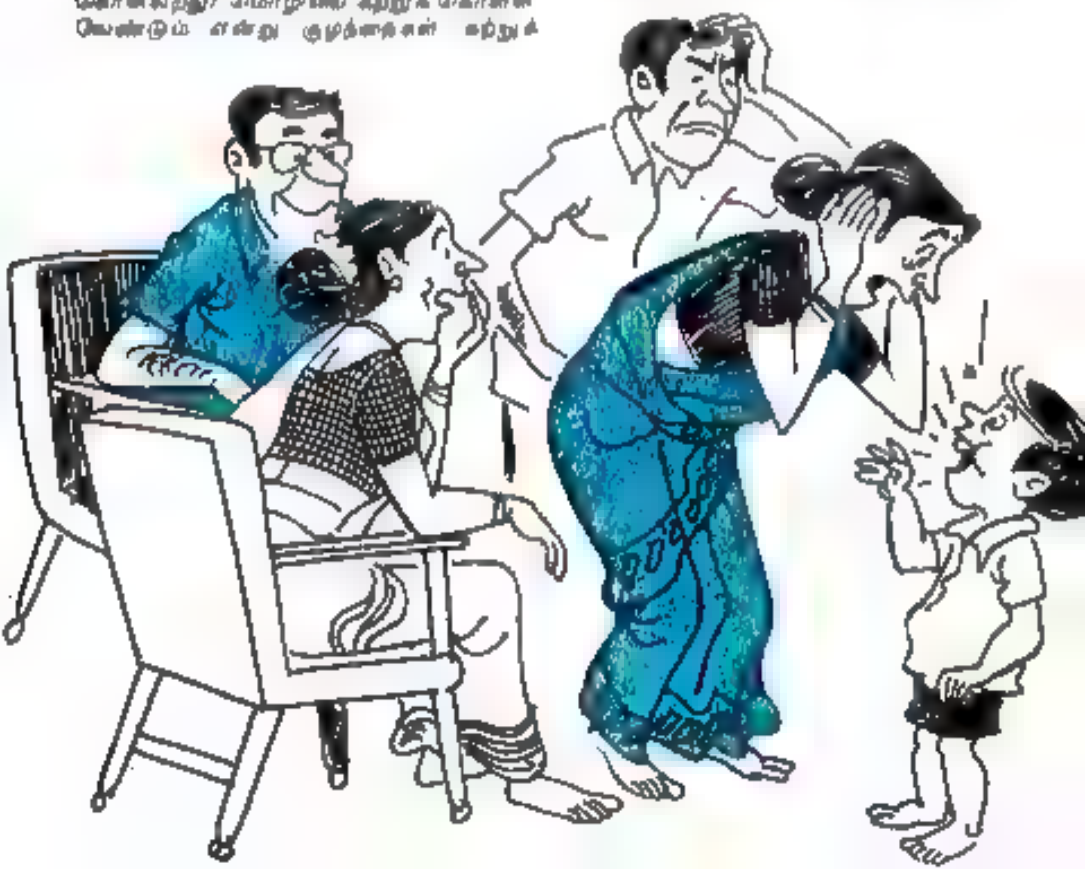
"வேண்டாத வார்த்தைகளைப் பேசும் போதெல்லாம், இனிமேல் இப்படிப் பேசவியா என்று அவளை அடித்தாலும் பயனில்லை. நான் இல்லாத போது மறுபடியும் அடைப் பேசுகிறான்."

மேலே குறிப்பிட்ட வகையில் அங்க வாய்ந்து கொள்பவர் யார் என்று கேட்கிறீர்களா? யாருமில்லை. தங்கள் குழந்தைகள் 'செவ் வார்த்தை'களைப் பேசும் போது அதிர்ச்சியடையும் பெற்றோர்களை. இந்த அங்கலாப்பில் தியாயம் இருக்கிறதா என்று நாம் கற்று பார்க்கப்போமா?

குழந்தை மொழியை எப்படி கற்றுக் கொள்கிறது? மொழியை கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று குழந்தைகள் கற்றுக்

கொள்வதில்லை. குழந்தை வார்த்தையைக் கற்றுக் கொள்வதற்கு முன்னாலேயே, தன் மகிழ்ச்சியை, கோபத்தை, ஆச்சரியத்தை, பயம்தான் ஒவ்வொரு நூலும் தெரியப்படுத்துகிறது. பிறகு ஒரே ஒரு வழத்தை உச்சரிக்கிறது. எடுத்துக்காட்டாக, 'அப்பா' என்று சொல்வ முயற்சிக்கும் போது 'பா' என்ற சொல் வெளிவருகிறது. 'அம்மா' என்று சொல்வ முயற்சிக்கும் போது 'மா' என்ற சொல் வருகிறது. பிறகு தானாகவே விளையாடிக் கொண்டே தன் பாட்டுக்கு எதை விளையோ சொல்லிக் கொண்டே இருக்கும். குழந்தை வாயிலிருந்து வரும் சொல் என்னவென்றே நமக்குப் புரியாது.

ஆரம்ப நிலையில் இப்படி, நமக்குப் புரியாத வகையில் குழந்தை பேசும் போது, அது நமக்குப் புரியவில்லையே என்று ஒரு போதும்நாம் அவ் 'டி'க் கொள்வதுதில்லை. அங்கலாய்ப்பதுதில்லை. ஏன்? குழந்தை ஏதோ வார்த்தைகளை உதிரிக்கும் போது, அங் வார்த்தைகளுக்குப் பொருள் தெரிந்து கொண்டு, உதிர்ப்பதில்லை. ஏனென்றால் குழந்தை அப்போதுதான் பேசக் கற்றுக்



# அந்த வார்த்தைகள்!

கொண்டு வருகிறது என்பதால் வார்த்தைக் குப் பொருள் தெரிந்து கொண்டு பேசுவதில்லை என்பது நமக்குத் தெரியும். எனவே நாம் அவுட்டிக் கொள்வதில்லை.

விதவிதமான கருதியில் (ஒரு கட்டை, இரண்டு கட்டை, மூன்று கட்டை ஆரம்பித்து உச்சஸ்தாயி வரையில்) விதவிதமான முறைகளும், காட்டுமிராண்டி போலவும், குழந்தை அலறுவதுண்டு. குழந்தை வளர வளர, பெரியவர்களின் குரலை அடையாளம் கண்டுகொள்கிறது; அம்மாவின் குரலை அடையாளம் கண்டு கொள்வதால், மெல்ல மெல்ல அம்மா பேசுவதை மெல்லாம் தாளும் பேசு ஆரம்பிக்கிறது.

எனவே, நாம் குழந்தைமீடம், பேசும்போதெல்லாம் மிக மெல்லிய குரலில், நல்ல, அன்பான வார்த்தைகளை, மிகுதுவான முறையில் பேசினால் மட்டுமே குழந்தையும் நான் முறையாகப் பேசக் கற்றுக் கொள்ளும் போது இதே முறையில் பேசும்.

குழந்தைகளுக்கு, அவர்களுக்கே என்று தவிவான குழல் எதுவுமில்லாததால், பெரியவர்கள் வாழும் குழலில் குழந்தைகள் வாழ வேண்டியதிட்ப்பந்தம். இதன் காரணமாக, தற்கால குழந்தைகள் வாழ்க்கையில் பல பாதிப்புகள் ஏற்படுகின்றன.

குழந்தைகள் பெரியவர்கள் வாழும் குழலில் வாழ வேண்டி வந்தாலும், பெரியவர்கள் மாநிரி இருக்கக் கூடாது. குழந்தைகள் மாநிரியே இருக்க வேண்டும். ஆனால் பெரியவர்கள் செய்கிற சில செயல்களைக் குழந்தைகள் செய்யக் கூடாது. பெரியவர்கள் வீதும்பும் விதத்தில் பெரியவர்களிடமிருந்து வேறுபட்ட விதத்தில் பேச வேண்டும்.

தடக்க வேண்டும் விவரமாக வேண்டும். அவர்கள் குழந்தைகள் மற்றவர்களைப் போல இருக்க வேண்டும். மற்றவர் செய்யும் மாநிரி செய்ய வேண்டும். ஆனால் எல்லா விஷயங்களிலும் அல்ல. குறிப்பிட்ட விஷயங்களில் மாநிரம். மற்றவர்களைப் போல இருக்க வேண்டும். இத் நிலை குழந்தைக்கு, குழப்பத்தை உண்டாக்குமா இல்லையா?

பேசத் தகாத வார்த்தைகளைப் பேசுவது குழந்தைகளுக்கு மிகவும் விரும்பமான ஒன்றாகும். ஏனென்றால் இவ் விதத்தில் குழந்தைகள் பெரியவர்களைத் தண்டிக்க முடிகிறது. நாய்கள் பேசத்தகாத வார்த்தைகளைப் பேசும் போது பீதி கொள்ளும் பெற்றோர்களைப் பார்த்து குழந்தைகள் மகிழ்ச்சியடைகின்றன. ஏனென்றால் பெற்றோர்களைத் திண்டாடச் செய்ய இதுவும் ஒரு வழி.

பெண் குழந்தைகளை விட ஆண் குழந்தைகளே அதிகமான அளவு தகாத வார்த்தைகளைப் பேசுகிறார்கள் என்று குழந்தை





## ஸூமீத் SP-16 க்கு கடுமையான வேலைகளைச் செய்யும் தண்டனை அளியுங்கள் - அன்றாடம் ஃகிலோ மாவைப் பிசைந்திடவும், கடினமான 16 இரவு வேலைகளைச் செய்திடவும்.

ஸூமீத் SP-16 க்கு கடுமையான வேலைகளைச் செய்யும் தண்டனை அளியுங்கள் - அன்றாடம் ஃகிலோ மாவைப் பிசைந்திடவும், கடினமான 16 இரவு வேலைகளைச் செய்திடவும்.

ஸூமீத் SP-16 க்கு கடுமையான வேலைகளைச் செய்யும் தண்டனை அளியுங்கள் - அன்றாடம் ஃகிலோ மாவைப் பிசைந்திடவும், கடினமான 16 இரவு வேலைகளைச் செய்திடவும்.







மனோதத்துவ நிபுணர்கள் கூறுகிறார்கள். ஏன்? என்ன காரணம்? இங்கு உண்மையாக இருக்கும் பரிசுத்தில், என்னட போதும் உபவத்திற்கும் தகாத வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்துவதற்கும் தெருங்கிய தொடர்பு இருக்கிறது என்பது விளங்குகிறது. ஆன் குழந்தைகளுக்கு இயற்கையிலேயே சச்சரவு செய்யும் தயக்கம் இருப்பதால், சாதாரணமாக இருக்க வேண்டியதை விட, கொஞ்சம் அதிகமாகவே அடம்பிடிக்கும் துணம் இருக்கும்.

விளையாட்டின் தருவியேயே, ஆன் குழந்தைகள். மிக எதிர்ப்பு விவங்குகின்ற கட்டம். ஒரு வளர்வொருவர் கட்டிப் புரண்டு, என்ன போட்டுக் கொள்வதும், ஒரேயன் மற்றொருவனைக் கீழே தள்ளி, அவன் மேல் அமர்ந்து கொண்டு கைகளைத் தூக்கி, தம் வெற்றியைப் பறைசாற்றிக் கொள்வதும் நாம் காணும் காட்சியே. இம் மாநிரியான செயலில் எடுக்கும் குழந்தைகளுக்கு அபாயம் தெரிடாத வளரவில் நாம் இவைகளை கிரியனைக் காண்பதும் கொள்ளக் கூடாது. அபாயம் ஏற்படாத வளரவில் இம் மாநிரியான செயலில் அவர்கள் எடுப்புவது ஒரு விதத்தில் நன்மையே. ஏனென்றால் இது அவர்களுடைய என்னட போதும் உணர்ச்சிக்கு வடிவமாக அமைகிறது என்று மனோதத்துவ நிபுணர்கள் கூறுகிறார்கள்.

இம் மாநிரி அவர்கள் என்ன: பிறவதை, பெற்றோர்கள் பலவத்தமாக நிறுத்தினார்கள் என்றால் குழந்தைகளின் என்னட உணர்ச்சிக்கு அடிப்படுபாது வடிவம் இயல்பாகப் போல் விடும். வடிவம் இல்லா

வீதில், கோப உணர்ச்சிகளை அப்படியே உண்டாக்கிக் கொண்டே வந்து மாற்று வழியில் அதை வெளிக்காட்டித் துவங்குவார்கள். தம் உணர்ச்சிகளை வேறே வழியில் வெளிப்படுத்த முடியாத நிலையில், குழந்தைகள் தகாத வார்த்தைகளைப் பேசும் போது நாம் அவர்களைக் கடுமையாகக் கண்டிக்கிறோம். தண்டிக்கிறோம். 'ஆன் குழந்தைகள்' என்று குறிப்பிட்டிருப்பதால் 'பெண் குழந்தைகள்' தகாத வார்த்தைகள் உபயோகிக்க மாட்டார்கள் என்பதால், பெண் குழந்தைகளும் தகாத வார்த்தைகள் பேசலாம். ஆனால் அவர்கள் இம் வார்த்தைகளைத் தங்கள் சகோதரர்களோ அல்லது மற்ற ஆண் குழந்தைகளோ பேசுவதைக் கேட்டுப்போதான் பேசுகிறார்கள்.

பலவத்தமாக அடக்கி வைக்கப்படும் கோப, ஏமாற்ற உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தும் பல வழிகளில் ஒரு வழியாக 'அந்த' வார்த்தைகள் பேசுவது அமைகிறது. எனவே நாம் இதைப் பெரிதுபடுத்துவது அவசியமில்லை என்று அல்லது ஆறு வயது குழந்தைகள் அடிக்கடி, 'அந்த' வார்த்தைகளைக் கேட்டும், வாய்ப்பைப் பெறுகிறார்கள். இந்த வயதில் 'அந்த' வார்த்தைகளைப் பேசும் குழந்தைகள், அம் வார்த்தைகளுக்கு அரித்தம் என்ன என்று தெரியாமல்தான் பேசுகிறார்கள் என்பதைப் பெற்றோர்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். குழந்தை தகாத வார்த்தை (அந்த) பொருள் புரியாமலேயே) பேசும் போது நாம் அதிர்ச்சியடைந்து, குழந்தையை அடித்துத் தன்புத்தி அடக்கிகள் எடுத்து, விஷயத்தைப் பெரிது பண்ணும்போதே, குழந்தை பேசும் 'அந்த' வார்த்தைக்கு அரித்தம் ஏற்படுகிறது. பெரிய வர்களை வேறு முறையில் பழித்தீர்த்துக் கொள்ள முடியாததாலேயே, குழந்தைகள் 'அந்த' வார்த்தைகளைப் பேசுவதின் மூலம், தங்கள் இயல்பானவை எடுசெய்து கொள்கிறார்கள் என்று குழந்தை மனோதத்துவ நிபுணர்கள் கூறுகிறார்கள்.

**குழந்தைகள் எப்போது தகாத வார்த்தைகளைப் பேசுகிறார்கள்?**

ஒட்டி இடமி் தட்டுக்களில் இடமி் வந்தி, தென், சர்க்கரை, மி. தூள், 2-3 கம்பூன் போட்டுப் பிசிறிய கைகளைத் தடவி, விதவிதமாகக் கவர்களில் 3, 6 என்று போட்டு, பின் செத்து வந்தவர்களுக்கு ஒரு நாள் பிரசாதமாகக் கொடுத்தால் புதுமைகள் இருக்கும். அழகையும் இருக்கும். குழந்தைகள் விருப்ப உணர்வு, கண்டல் கடமைகளின் விவகாரத்தைக் கேட்டால் பங்குசரமாக உண் இத்தாளில் செய்கு குதவரான, ஆனால் திகழவரான, புதுமைகளான பிரசாதம் அல்லவா இது!



1. 'அந்த' வார்த்தைகளைக் கேட்டு பெற்றோர் வெளிப்படையாக அந்த அதிர்ச்சியடைந்து பீதியடைவும் போது, 'இன்னிக்கு சொந்தனைப் பேசினால் பெற்றோர்கள் தம் வழிக்கு வருவார்கள். நம் சொன்னபடி கேட்பார்கள். தனக்கு அடக்கிப் போவார்கள்' என்று குழந்தைகளுக்குத் தெரிந்து விடுகிறது. எனவே அவர்கள் 'சரி, இனிமேல் இந்த வார்த்தைகளே என் ஆவதும், இதை வைத்து அவர்களை வித்துபோம்' என்று தீர்மானத்துக்கு வந்து விடுகிறார்கள்.

2. தியாயமற்ற மூன்றில் குழந்தை

தண்டிக்கப்படும் போது.

3. குழந்தைகள் சரியானபடி நடக்கும் போது அவர்களைப் புகழாமல் அவர்கள் தப்பு செய்கிற போது மட்டும் அதைச் சுட்டிக் காட்டும் போது.

4. பெற்றோர்கள் மேல், குழந்தைக்கு ஆழ்ந்த கோபம் ஏற்பட்டு, அக்கோபத்தை எப்படிக்காண்பிப்பது என்று கூறி தெரியாமல் குழந்தை குழப்பத்தில் ஆழ்ந்திருக்கும் போது.

5. பெற்றோருக்குத் தெரியாத ஒன்றைத் தாம் கற்றுக் கொண்டு விட்டோம் என்று குழந்தை உணரும் போது.

6. மற்றவர்களின் எதிரில், தம் பெற்றோரை அவமானப்படுத்த வேண்டும் என்று தீர்மானிக்கும் போது.

மேலே குறிப்பிடப்பட்ட எல்லாவற்றிற்கும் காரணம் - குழந்தையினுடைய தோக்கு, பெற்றோரைத் தண்டிக்க வேண்டும் என்பதே. தான் அறியாமலாகத் தண்டிக்கப்படும் போது, அதைப் பொறுத்துக் கொள்ள முடியாமல், அப்படி அறியாமலாகத் தன்னைத் தண்டித்த பெற்றோரை, மற்றவர் முன்பு தலைகுனிவச் செய்ய வேண்டும் என்பதற்காகவே, 'அந்த' வார்த்தையை அடிமலாக விரி எதிரிடுவது.

இம் மாநிரியான சமயங்களில், பெற்றோர், 'அந்த' வார்த்தைகளைக் கேட்டாலும் கேட்காத மாநிரியும், குழந்தையின் முகத்தைப் பார்க்காமலும் இருந்து விடுவது நல்லது. 'அந்த' வார்த்தையைக் கேட்டு உடனே அதிர்ச்சியால் பித்யுண்டாகிச் சலசலரமடைந்து விடுவது, தங்களைத் தாங்களே, தோற்கடித்துக் கொள்வதாகும். சலசலரமடைந்து குழந்தையைப் பார்த்துக் கூச்சல் போடுவது, குழந்தைக்கு மேலும் ஹரிவத்தைக் கொடுக்கும். எதுவுமே நடக்காதது போலவும், தாம் எதைவுமே கேட்காதது போலும் பெற்றோர் அசட்டையாக இருந்து விட்டால், குழந்தை இதைத் தனக்கு நேர்ந்த அவமானமாகக் கருதி, தான் ஒரு குழிப்பிட்ட முனையில் நடப்பதால் எந்தப் பயனுமில்லைய என்று உணரும்.

தங்கள் சொல்லுது ஒன்று, நடப்பது வேறொன்று, தமக்கு ஒரு நியாயம், மற்றவருக்கு ஒரு நியாயம் என்றவாறு பெரிய வர்களுக்கும் நடந்து கொள்ளக் கூடாது. தாங்களே தகாத வார்த்தைகளைப் பேசிவிட்டுத் தம் குழந்தைகள் அதைப் பேசக் கூடாது என்று எதிர்பார்ப்பதில் எந்த நியாயமுமில்லை. தாம் 'அந்த' வார்த்தைகளைப் பேசி, ஆனால் குழந்தைகள் அம் மாநிரிப் பேசக் கூடாது என்று கண்டிக்கும் பெற்றோர்கள் குழந்தையின் மதிப்பீட்டில் மிகத் தாழ்த்து விடுகிறார்கள்.

கறவுக்காரர்கள், தன்பார்கள், மற்ற



பெரியவர்கள் முன்னிலையில், தங்கள் குழந்தைகள் நடந்து கொள்ளும் விதத்தைப் பற்றி பல பெற்றோர் கவலைப்படுகிறார்கள். அவர்கள் முன்பு தங்கள் குழந்தைகள் மிக நல்ல முறையில் நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று விரும்புகிறார்கள். தாங்கள் நினைத்த முறையில் குழந்தைகள் நடந்து கொள்ளவில்லை என்றால், தங்கள் குழந்தைகள் தங்களை அவமானப்படுத்தி விட்டதாகக் கருதுகிறார்கள். அவர்கள் முன்னிலையில் குழந்தைகள் ஏதாவது சொல்லத் தகாத வார்த்தைகளைக் சொல்லி விட்டாலோ, கேட்கவே வேண்டாம், அவர்கள் தங்களைப் பற்றி என்ன நினைத்துக் கொள்வார்களோ என்று அவமானத்தால் கூசிக் குறுகிப் போகிறார்கள்.

எல்லாப் பெற்றோருக்கும் இது மாநிரியான பிரச்சனை இருக்கிறது. நமக்கு மட்டும் இல்லை என்பதை நாம் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். குழந்தை அரித்தம் தெரியாமலே, ஏதோ வார்த்தை சொன்னதற்காக, அவமான உணர்ச்சியால் அவதிப்பட வேண்டியது அவசியமில்லை. ஒருவேளை அப்படியே குழந்தை ஏதோ தகாத வார்த்தை பேசி விட்டாலும், உடனேயே, அவர்கள் முன்னிலையிலேயே 'கண்ணா, நீ இந்த மாநிரி எல்லாம் பேசினால் இவர்களுக்குப் பிடிக்காது.' என்று சாதாரணமாக, குரலை உயர்த்தாமல், ஆனால் கண்டிப்பு நிறைந்த குரலில் அப்போதே கண்டித்து விட வேண்டும். இதைச் செய்யாமல், வந்தவர்கள் போன பின்பு, குழந்தையைக் கண்டிப்பது அடிப்பது போன்ற தண்டனை கொடுத்தால், குழந்தைக்கு குழப்பமுண்டாகும்.

குழந்தையைப் பொறுத்தவரையில், அவர்களை எய்வப்போது கண்டிப்பது வேண்டுமோ, அய்வப்போதே கண்டித்து விட வேண்டும். குழந்தைகளுக்கு நேற்றோ, அல்லது இரண்டு, மூன்று நாட்களுக்கு முன்போ நடந்த நிகழ்ச்சிகளை நினைவில் வைத்துக் கொள்ள முடியாது. ஆகவே அ. தது போல் விட்ட இனங்களில் குழந்தை

கள் செய்த தவறுக்காக, திகழ்காலத்தில் அவர்களைத் தண்டிப்பது குழந்தைகனால் தீர்மானிக்க முடிவாகாததும், பெற்றோர்கள் திபாவமற்ற மூன்றில் குழந்தைகளைத் தண்டித்தால், குழந்தைகள் கோபமுற்று, அக் கோபத்தைத் தீர்த்துக் கொள்ளும் வகையில் பெற்றோரைப் பழிவாங்கும் வகையில் மறுபடி அந்த தவறைச் செய்வார்கள்.

குழந்தைகள் தகாத சொற்களைப் பேசும் போது, தமாஷாகப் பேசி அவர்களை திசை திருப்பி, நம் வழிக்குக் கொண்டு வர வேண்டும். எந்த மாநிதியான இறக்க நிலையானாலும், தமாஷ் செய்து விட்டால்,

கழுமூலம் நிலை ஏற்பட்டுவிடும். குழந்தை வைச் சிபிக்க வைத்து அவர்களோடு தாமதம் சிபிக்க வேண்டும். கோபமான நிலை திரிந்து குழந்தைகள் தங்கம் கவனத்தை வேறு திசையில் திருப்ப உதவுங்கள்.

கிசகிச மூட்டுங்கள், திசை மாறி எம் யோரும் சிரிக்கும்படிச் செய்யுங்கள். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக, தாளடைவில், குழந்தைகள் 'அந்த வார்த்தைகளைப் பேசுவதை திறுத்தி விடுவார்கள்'.

— ராஜி.

அருநெல்லிக்காய்களைச் சிலர் ஊறு காய் போடுவதைப் பார்த்திருக்கிறேன். இதையே நான் குளிப்பாடும் செயல் உபயோகித்துக் கொண்டேன்.

அருநெல்லிக்காய்களை நன்கு சுருவி ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டுச் சே அளவு சர்க்கரை போட்டு இரண்டு தம்மர் தம்மர் ஊற்றி அடுப்பில் வைத்துக் கொடுக்க விட்டேன். மிக தீர்த்த பாகு பதமானதும் இறக்கி ஆறிய பின்பு அதி லுண்ட சாற்றை மட்டும் ஒரு பாட்டிலில் ஊற்றி அதில் சிறிதளவு பழ வாகை நிரவியத்திளையிலும் சேர்த்து வைத்துக் கொண்டேன். தேவையான போது அமை ஊற்றிச் குளிப்பாடும் தயாரித் துக் கொண்டேன். அதன் திறம் பிரேப் தூசில் போன்று இருந்ததால் விருத்தாஸி கன் 'பிரேப் தூசில்' என்றே தினைத் தார்கள்.

பாத்திரத்தில் உண்ட மீதி நெல்லிக்காய்களில் இன்னும் சிறிதளவு சர்க்கரை போட்டுப் பத்து நிமிடங்கள் வரை அடுப் பில் வைத்துக் கிளறி இறக்கி, ஆறிய பின்பு அமைவும் தனிவாக ஒர் அகவகைப் பாட்டிலில் போட்டு வைத்துக் கொண் டேன். அதிகம் புளிப்பு இல்லாமல் சரப் சிட மிசையும் குளியாக இருந்தது. வெளி



யில் வைத்தாலே குண்ட மாதுகள் கொட மல் இருக்கும். பிபிசிட்டில் வைத்தால் அதிக நாட்கள் கொடாமல் இருக்கும்.

— அம்பிகா விஜயன்.

உங்கள் கணவருக்கும் பனடயோ அல்லது வேறு எந்தத் தோல் வியாதியோ இருக்கிறதா? மருந்து போடுவதோடு திறுத்தக் கூடாது. மனத்தில் வேதனைவை அடக்கிக் கொண்டு புழுங்குபவர்க ளுக்கு எவ்விதம் தோல் வியாதிகள் வரக் கூடும். எனவே, அம்மாநிதி சூழ்நிலையில் அவர் இடப்பட்டிருப்பாரானால் அத்தினை தீர்க்க உதவுங்கள்.

— தங்கம்.

புளிப்பான நிரட்டாகையைச் சில சமயம் வாய்வி விடுகிறோம். கவனவயிற் றி களைக்காய் ஊறுகாய் மாநிதி என்னை யில் வத்கி, உப்பு விசகாஸப் பொடி, பெருக்காரம் போட்டு வதக்கவும், கருணம் சகங்கெய்த்தப் பொடி, மஞ்சள் பொடி போட்டு இறக்கவும். அருமை கான 'நிரட்டை ஊறுகாய்' தயாரி!

— ரோஜி.

கருப்பு  
வெள்ளையில்  
மிடுக்கு!



**gün**

எவ்வளவு மிகுந்தாக இருக்கிறார், அவர் முதல்  
முதலாக கூட அணித்தபோது எடுக்கப்பட்ட  
படங்கள் அது. இவ்வளவு காலங்கள் கடந்தும் கூட,  
இத்தப்படை தரத்துடன் மிக்னுவது, எழுப்பு  
வேண்டிய படம் எப்போதாவத்காள். இந்து  
மாத்குமர் போது கூட, அப்பா அந்து எப்படி  
பெருமைப்பட்டிருப்பார் என என்னால் உணர் முடியுமிறு.



**இத்து பிளாக் நீ  
ஒலிட்ட பிலிம்  
காணம் கடத்தும்,  
எழில் இத்தும்?**



# வெகுநேரம்

செவ்வாண சத்திரம் ஒய்த்திருத்தது. ராத்திரி பின்னர் முடித்து உறவினர்கள் பெரும்பாலான பேர் விடைப்பெற்றுப் போய் விட்டனர். முக்கியமான பேர்கள் மட்டும்தான் ஆங்காங்கு வட்டணைச் சேதி இருந்தனர்.

பெண் விட்டுக்காரர்களின் அறைமில் விளக்கெரிந்து கொண்டிருந்தது. சமைமயல் கட்டில் மறுதான் கட்டுரை உடைக்கான சமைமயல் வளையறாக்களுக்கு ஏற்பாடு நடந்து கொண்டிருந்தது. கொட்டிக் புனிக் காச்சனவக் கருளக் கருள வதக்கி விண்டிக் கொண்டிருத்தார். அசெய்டன்ட் குருவர் இடிலி வார்ப்பதில் முணைந்து கொண்டிருத்தார். எடுபிடி ஆட்சை சிலவறைக் காட்சியக் கணை முடித்து விட்டு, எப்படை படுக்கப் போயோய் என்று கொட்டாவி மேல் கொட்டாவி விட்டுக் கொண்டிருத்தார்கள்.

பெண் விட்டினரின் அறைமில் தானாக கணக்கு வழக்குகளில் ஆய்த்திருத்தார். பக்கத்தில் அவருடைய சகதாயினி பார்வதி கையில் ஒரு தாற்பது பக்கம் தோட்டிக் சேதம் சிரிப்பதாக உட்கார்த்திருத்தான். தானாகவுக்கு இந்தப் பக்கம் பின்னை சேஷனும் இரண்டா வது பெண் கல்யாணியும் பிரணவ்டேஷன் கணக்குகளை பார்த்துக் கொண்டிருத்தனர்.

"ஒதிவிட்ட பணம் எதுவும் விடுபட்டு போகலையோன்றோ? ஆனாலுக்கு பக்கம் பக்கமா வாங்கி மறந்துக்கப் போறா?" என்றார் தானா.

"தான்தான் மாங்கினெம். சேஷு எழு திட்டாம் வேற யாரும் வாங்கினா மாமிசி தெரியுணை" என்றான் கல்யாணி.

"மொத்தம் எவ்வளவு கலெக்ஷன்?"

"ஆயிரத்து இருதாறு சொச்சம் இருக்கு."

"வட்சத்தி எட்டாவிரம் செலவுக் கணக்கு ஆவிருக்கு. நம்ம வரும்படியைப் பார்த்தவா ஆயிரத்து சொச்சமா நன்றி!"

"பாஸண்டேஷன் சாமானாவே நிறைவ வந்துக்குப்பா. அதுவும் முக்காலவாசி காஸட்டிதான்!" - கல்யாணி.

"அது சரி! அனாதையெல்லாம் அத்த ரும்கா வெச்சுக்கிடங்களை என்ன?"

"வெச்சுக்கிட யாழ்ந்துதான் தெனச்சேன். அதுக்குள்ள அத்தங்க வந்து இப்ப எதுவும் கணை காட்ட வேண்டாமனு சொல்லிட்டா. சரின்னு எல்லாத்தையும் வண்டிக் போட்டு

விட்டுக்கு அனுப்பிட்டேன் பத்திரமா!" என்றான் பார்வதி.

"அத்தங்கா கொங்கறும் சரிதான். வரிசையா வருஷாத்திர சீர அடுத்தடுத்து வருமே. ஒவ்வொரு விசேஷத்தையும் சாக்

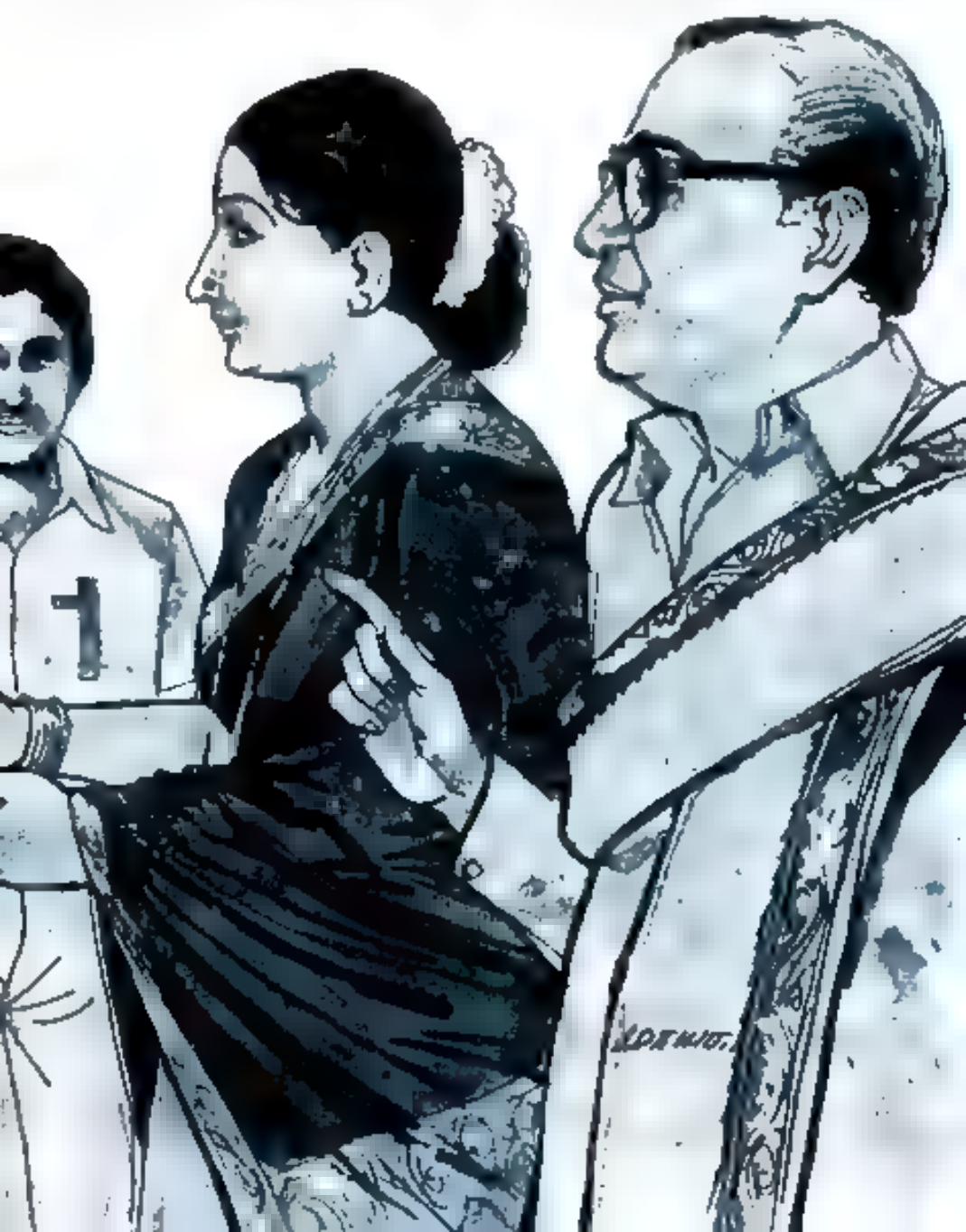


செவ்வாண சத்திரம்

இப்போது நான் கொடுத்திருக்கிற  
பொருள். அவருக்கும் திருப்பிப் பார்த்தும்.  
நம்புமா? அவருக்கு அவருடைய குரல்  
மட்டுமல்ல நிமிஷமே! அது இருக்  
கட்டும் சென்ட்! நான் கொடுத்திருக்கிற  
பொருள் அப்போது போக பாக்ஸ்  
பாக்ஸ் இந்த கவனம் கொடுத்து

கொடுத்திருக்கிற. என் பாக்ஸ் கொடுத்திருக்கிற  
அப்போது என் பாக்ஸ் கொடுத்திருக்கிற  
நான் கொடுத்திருக்கிற பாக்ஸ் கொடுத்திருக்கிற  
எப்போது இந்த பாக்ஸ் கொடுத்திருக்கிற  
நான் கொடுத்திருக்கிற

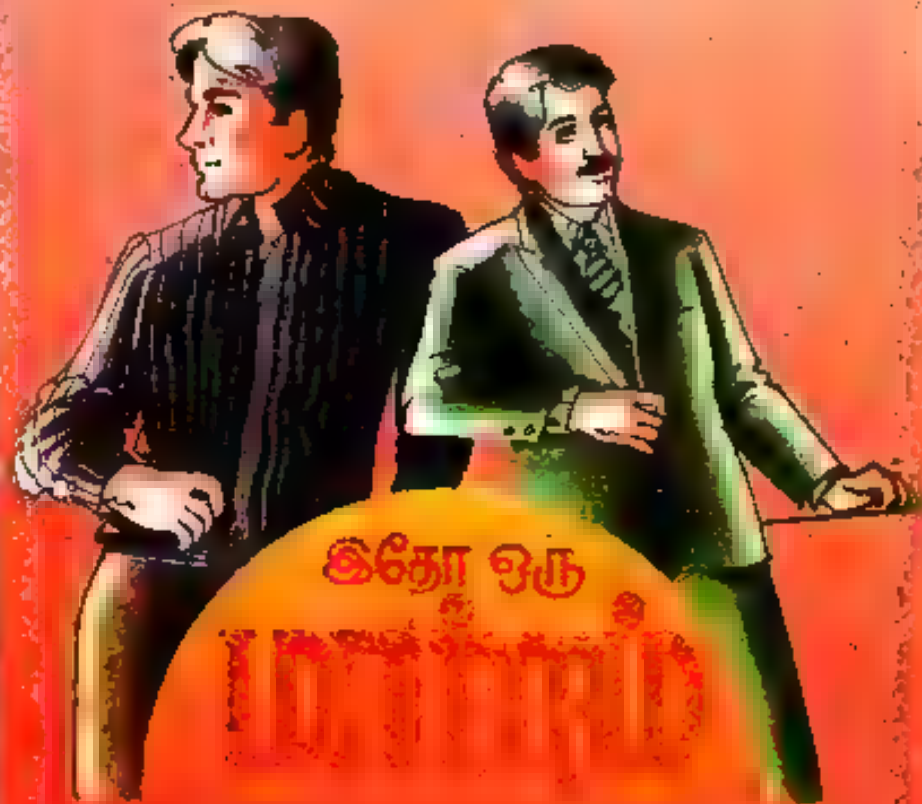
"இது என் பாக்ஸ் கொடுத்திருக்கிற  
என் பாக்ஸ் கொடுத்திருக்கிற  
என் பாக்ஸ் கொடுத்திருக்கிற





# லக்ஷ்மி அளிக்கும் உங்கள் அழகான தோற்றத்திற்கு ஏற்ற மாற்றம்

லக்ஷ்மியின் குட்டும் மற்றும் ஷர்ட்டுகளில் கூட மாற்றம்.  
லக்ஷ்மி துணித்தரங்களில் நீங்கள் சிறப்பாக தோன்றுகீர்.  
இதை நீங்களும் அறிவீர்; மற்றவர்களும் அறிவார்கள்.  
லக்ஷ்மி உங்களுக்குச் செய்யும் சிறப்பு இது.  
கோழை - உட்டி - மீனாதிசன் எனப் பல வகையானவை.  
இதன்மீட வேறு வண்ண வேண்டும் உங்களுக்கு?



லக்ஷ்மி மில்ஸ்  
கோயமுத்தூர்.



இந்தோனேஷிய ராணிகளின்  
அழகுக் குறிப்பு இதோ !

**சாந்திக்**

தென்மேல் அப்பெசியல் பாலிக...  
மாகலிஸ் தீக்கி அரளிகளில் அழகைப் பெற.

இரண்டே வாரங்களில் பெறத்  
தொடங்குகிற மாசற்ற கருமத்தின்.  
இயற்கைப் பொருட்களால் ஆன சாந்திக்,  
இந்தோனேஷிய அரளிகளில் அழகுக்  
குறிப்புக்களிலிருந்து பிறந்த சாந்திக்.  
உங்கள் முகத்திற்கு அளவற்ற  
தன்மைகளைச் செய்கிறது.

பருக்கள், கருப்புள்ளிகள், பட்டைகள்,  
கண் கற்றிய கருமை  
முதலியவைகளைப் பெல்லாப் தீக்கி, கருமை  
ஆரோக்கியத்துடன் பாபனக்கம்  
செய்கிறது. பொலிவை அதிகரிக்கிறது.

பல பழட்டி பார்வர்கள் அப்பெசியன்களை  
சாந்திகளை உபயோகிக்கின்றனர்.  
சென்னை, மதுரை, கோவை, திருப்பூர்,  
ஆகிய நகரங்களில் பல கடைகளில்  
கிடைக்கிறது.

நபாலில் பெரும் விலரம் அறிய எழுத  
பெண்டிய முகவரி:

நகரமு ட்ரெடிஷனல் ப்ரடக்ட்ச்  
48 பக்ஸ் ரோடு தி.நகர்  
சென்னை - 600 017 போன் : 2254796

மற்ற கடைகளில் கிடைக்கும் தோக.



இதுவரை யாரும்  
அளித்திடாத அதிக அளவு  
போனஸ்

நுகை மாளிகைகளின்  
தங்க கலசம்!

**Fahimas**

கடை சேமிப்பு  
நிட்டத்தில்சேரும்  
உறுப்பினர்களுக்கு  
போனஸ்  
**30%**

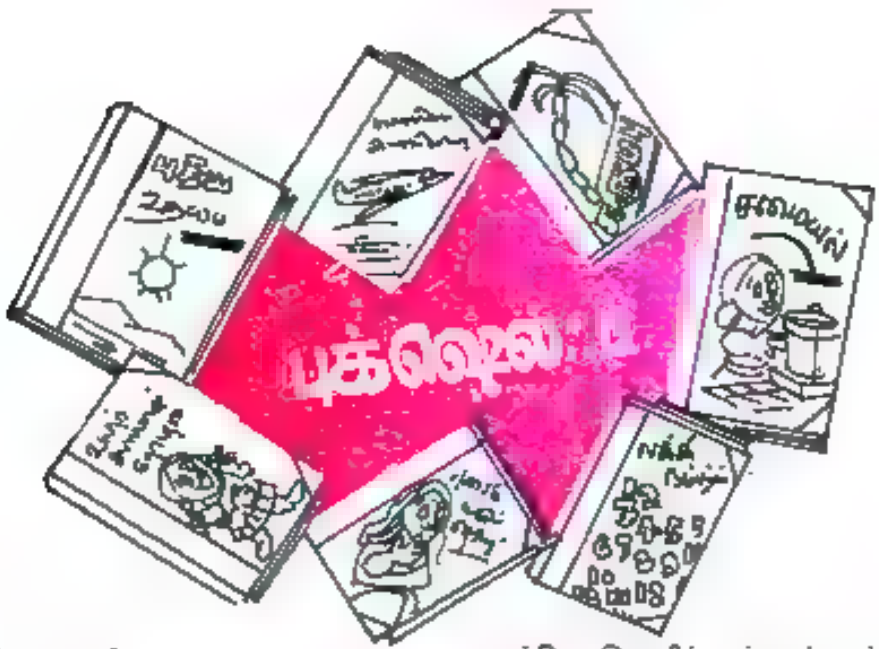
■ 500 - ரூபரீக் சேருபவர்களுக்கு பாவரிமாஸ்  
கோட்டு ஜுவல் காட்டு ஒன்று வழங்கப்படும்.  
இந்த காட்டுக்கு ஸ்பெசல் தங்கரூபு உண்டு.

ரூபு	மாதம்	தங்கரூபு தொகை	போனஸ்
A ரூ. 500	15	400	ரூ. 1510
B ரூ. 250	15	200	ரூ. 625
C ரூ. 100	15	80	ரூ. 250
D ரூ. 50	15	40	ரூ. 125

**பாவரிமாஸ்**

ஜீவல் ஹவுஸ்  
78, உஸ்மான் ரோடு  
தி. நகர், சென்னை-600017  
போன் : 445744

ADVERTISER



**என் குருநாதர்**

ஸ்வாமி தயானந்த சரஸ்வதி கவாயிகள் வாழ்க்கை வரலாற்றை எழுதிவிரும்பவர் மீரா சன்முகம்.

(சுவாமி தயானந்த சரஸ்வதி கயங்கித் துரு, மஞ்சக்ருடி (அஞ்சல்) 512 810, தமிழ்நாடு.)

**அடுத்த துற்றாண்டு**

அடுத்த துற்றாண்டின் விஞ்ஞான சாந்தி பக்கங்கள் உறுப்பவர் கஜாதா.

விவர கு- 10.00

**எனக்கு மட்டும் தெரியும்**

பட்டுக்கோட்டை பிரபாகரின் துப்பறிவும் தாவல்

விவர கு- 10.00

**பாலனின் கவனிக்கவும்.**

பாலகுமாரனின் தாவல்.

விவர கு- 42.00

(முன்னும் - குமரிப் பதிப்பகம், 8, தலை தெற்கு வீதி, தாயப்பட்டுதும் - 611 001.)

**தாவரங்களைப் பற்றிய அறிவிக்கை உண்மைகள்**

மலர்கள் மனம் வீசக் காரணம், பழத்துக்

கும் காலத்தும் உள்ள வேறுபாடு போன்ற விவரங்கள்.

விவர கு- 13.00

**இடியம், பிரேமம் தமிழில் விளக்கம்**

ஆங்கில மொழிக் கற்பவர்களுக்கும் பயன்படும் புத்தகம்.

விவர கு- 11.50

**கக்கன் தொடர்பில் சிறந்து விளங்குவது எப்படி?**

விவர கு- 12.00

**கவனத்திற்கு ஏற்ற தொழிலும் கைதிறை வரும்பாடும்.**

செங்கல், பெரிண்டியம் பிரேம், 'செயிவா போன்ற தொழில்களைப் பற்றிய விளக்கங்கள்.

விவர கு- 25.00

(தாலும் தொழிப்பு: மணிமேகலைப் பிரகர ஆசிரியர் குழு, மணிமேகலைப் பிரகரம், த. பெ. என். 1447, 4, தனிகா கலம் காவல், தி. தகர், சென்னை - 17.)

**பாரசுட்டுக்குரியவன் மாதவிமே**

விவரப்படுகார மாதவிமே சிறப்பைக் கறுப்பவர் தக்கேன்.

விவர கு- 20.00

(புலவர் தக்கேன். 7, தெற்கு தாலாத் தெரு, மன்னார்குடி - 614 001)

**கக்கி தம்பரின்**

என் கணித ஜோதிடம் கறுப்பவர் பாவாஜி.

விவர கு- 9.00

**அதிர்வுட கவிரைக்க கவருவெம்**

இம் மங்கலச்  
சின்னத்திலிருந்து எழும்  
நறுமணத்தை  
உங்களால் உணர்  
முடிகிறதா?



ஐடெக்ஸ்

**திவ்யா**  
குங்குமம்

ஆம் ! இதிலே மணம் வீசும் திவ்ய !  
பல ஊர்களைக்கொண்ட இந்திய மலையாள  
வணிகர்களால் உருவான  
சீமை விநியோக நிறுவனம். நீங்கள் எதிர்பார்த்து  
வெங்கட பனபண்டை.

உங்கள் மென்மையான எலும்புக்கு ஏற்ற  
முத்திரைப் பூக்காய்ப்பணியு.

ஐடெக்ஸ் - 50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக உங்கள்  
வணிகத்தின் மகத்தான சிவனம்.



அரவிகத் லாபரடீஸ், சென்னை 600 033.

கைரேகையில் விருப்பமுள்ளவர்களுக்கு  
தொகுத்தவர் பாலாஜி.

விலை ரூ. 11.00

கனவரான சர்பத், ஜாம், பிஸ்பட், ரொட்டி,  
தவாரிப்பு முறைகள்

தொகுப்பு: நவமணி

விலை ரூ. 5.00

கனவரான மட்டன் சமைப்பு

தொகுப்பு: மங்கைவாக்கரசி.

விலை ரூ. 9.00

(நான்கும் - 'கவிதா பப்ளிகேஷன்',  
8, முத்துவிலுள்ளம் தெரு, தி. நகர்,  
சென்னை - 17.)

உயிர் காப்பாண் தொழில்.

குழந்தைகளுக்கான அறிவுக் கதைகள்,  
சமுதாயவாசி பாவலர் கருமலப் பழந்தி.

விலை ரூ. 10.00

(தவாராநா பதிப்பகம், 26, வள்ளல் பாரி  
தெரு, எம். ஜி. ஆர். நகர், சென்னை - 78.)

கரும்பு

பயிரிடும் முறைகளும், \* பாதுகாக்கும்  
வழிகளும், தொகுப்பு: எம். ஆர். வேணு  
தோபால்.

விலை ரூ. 25.00

(அருணோதயம், 3, கௌடியா மடம்  
சாலை, இராமப்பேட்டை, சென்னை - 14.)

திருமணப் பொருத்தமும் தித்திப்பான  
வாழ்க்கையும்

ஆசிரியர்: ஜே. ஏ. ஆர். பிரான்டா.

விலை ரூ. 19.00

(இசபெல்லா பப்ளிகேஷன்ஸ் (பி) லிட்,  
27/8, திபக் அபார்ட்மெண்ட், 5 வது  
அவென்யூ, பெசண்ட் நகர், சென்னை - 90.)

புதிய உதயம்

சமுதாயத்தின் தவறுகளை, தனி மனிதக்  
கொடுமைகளை 'தறுக்'கென்று சித்திரிக்கும்  
புதுக் கவிதைகள், ஆசிரியர்: பழநி.

விலை ரூ. 13.00

(புதுமை இல்லம், 2/90, எண் 3, பாரதி



தெரிந்துமல் பலகாரத்தில் முக்கிய  
இடம் வகிப்பது கேக். பலருக்கும் கேக்  
செய்யத் தெரியும். ஆனால் கேக் குவன்  
இருக்காது. அந்தக் கவனம் இனி வேண்  
டாம். அஞ்சறைப் பெட்டி (மகாமா  
பாக்கர்) அனுமினிவத்தினால் ஆனதை  
எடுத்துக் கொண்டு அதிலுள்ள கிங்  
னங்களை எடுத்துவிட்டு அப்பாத்திரத்  
தில் வெண்ணெய் தடவிக்கேக்கிற்கான  
சேர்மப் பொருளை ஊற்றி முடிவிட  
வேண்டும். பின் தோசைக்கல்வில்  
மணவை வைத்து கேஸ் அடுப்பில் 'எம்'  
மில் ஒரு மணி நேரம் வைத்து இறக்கி  
விட வேண்டும். கேக் செய்யும் பிரக்னை  
முடித்துவிட்டது.

— கலாப்பிரியர்.

நாசன் வீதி, பாகாயம், வேலூர் - 632 003.)

ஆற்றலை வளர்த்துக் கொள்ள அரிய  
வோசனைகள்

ஆசிரியர்: டி. கணேசன்.

விலை ரூ. 9.00

ஸ்ரீ சாகவேந்திர கலாமிகள்

கலாமிகளின் வாழ்க்கை வரலாற்றை  
எழுதியிருப்பவர்: டாக்டர் எம். ஸ்ரீதரன்.  
விலை ரூ. 10.00

மனவலிமைமலின் மூலம் நோய்களைக்  
குணப்படுத்தலாம்

ஆசிரியர்: டி. கணேசன்.

விலை ரூ. 12.00

(மூன்றாம் - வானதி பதிப்பகம், 13, திண்  
தவாரா தெரு, தி. நகர், சென்னை - 17.)



Feel...

அபிவிருத்தி. வி. இ. பி. வுறங்கும் காபன் பான் பன்.  
உங்கள் உயர்வுகளைக் காண்பதற்கு நாங்கள் அறிவோம்.

# திருமண மஸர்

15-00000 10-00000

Answer

\* Wanted alliance for. Hephthema  
Telugu Brahmin L.O.C. employed  
graduate boy tall 28 years from  
decently employed good looking  
girl. Boy from respectable family  
desire marriage send horoscope  
to Box No. 1882

\* Alliance invited from Vedome nam-Kausika qualified bride 35-44 for groom employed in Canada. Reply with herescope to Box No. 1863

• Wanted slim and fair  
Kanyogo Thandah (yanga) girl  
below 26 for graduate. Age  
33/166/3200 (divorcee). Please  
reply with girl's home address and  
family particulars. Box 10049  
in Madras. Box No. 10049

• Alliance invited from 1500 girls for 36 year old Attorney Gautham Rohini's son Bhaskaranam groom employed in reputed firm in Calcutta demanding handsome salary. Minimum stipulated height 167 cms. employed girl in respectable service preferred. Subject no bar to flow No. 1000

\* Alliances invited for a boy  
Koushtya Getham. Commerce  
graduate aged 30 earning  
Rs.2000/- p.m Public Limited  
Company has considerable height  
5'8" employed girls preferred.  
No dowry. Early court marriage  
to Box No.1888

\* Bank Officer/ M. A. 1000/36/  
170 Minerva/Pulitzer/ off. responsible  
affiance from poor home loving  
educated girls. No box. To Box  
No. 1227

\* Alliance team of successful graduates & experienced Mudaliar girls (Ave 138 cm with upper middle class background for Mudaliar boy @ MBA Executive Delhi 26/177/4000. To Box No. 188)

• **Worked as a consultant for 10 years**

great looking gift below 21 years  
for a Mustang buy 28/173/3300  
(O.F.E) working in a multi-national  
from Madrid. Winner's can  
also apply with *Spinalis*, to Ben  
No. 1289

[illegible][illegible]

*[Faint, illegible handwritten text]*

[illegible][illegible]

சென்னை-13/173/பி. என்.எம்.,

இரண்டாம் பிளாஸ்டிக் தொழில்பரப்பு  
மே. மாதம் ௧௫, 1998 சிறு வேல்  
நல்ல தொழிற்சாலை ஆரம்பித்த  
தொழிற்சாலை. உதாரம். இரண்டாம்  
ஆதாரம் மட்டிதரப் பெண்  
தொலை. உட்பித்த சம்பந்தம். உதாரம்.  
சமையல் தொலைதல். பெண் விவரம்  
தூய்மை தொலைதல். பெண் விவரம்.  
மே. 1998.

\* கனது 15. ஊர்தம் 3'5"  
அரச. வேலம், வம்பலம், 1000-  
வந்திதம் குடி மாவட்டத்தின்  
அரசு மாவட்டத்தின் வந்திதம்  
குடி மாவட்டம் 2-வது. அந்த  
குடி மாவட்டம் 1-வது மாவட்டம்.  
1911. 1911.

த. அண்ணாதுரை, மாண்புமிகு பேரவைத் தலைவர், கருத்து: படிப்பு, சி. ஏ. ஓய்வூதிய, தனிப்பட்ட, மனம் உறுதியில் கொடுத்தல் பெறும் சிறப்புகள் கிடைப்பதில் உறுதி. பெற்ற வரு: 1917.

[illegible]

மட்டைகள் கட்டியுப் பசுவியை  
தொடுத்தார்கள். கார்த்திகை, வரத  
திருதி 37-ம், சேரன்  
சேனா, கட்டிய கோத்த, பிள்ளை  
நல்லாரு. நான் குறிஞ்சி காலாறுக்கு  
தூசியாடுகள் கொண்டு வேலைகள் செய்து  
சென்றேன். மட்டைகள் போல்  
செய்து கட்டினேன். ஸ்திரீப் மீது  
தூசியைத் தொட்டேன். தொண்டை  
மட்டைகள் 1803.

[illegible]

\* இதை செங்குத்தி முதலியவர்களுடைய சேர்த்து, இவ்விரட்டி-எதிர், இ. எம். திருவாரூர்திலும் வேலாங்குடும்



# தில்லெல்லாம் ஒளி வீசிடும் தூய் பட்டுச் சேலைகள்

- \* பருத்தி, பாலியஸ்டர், பட்டுச் சேலைகள்.
- \* பருத்தி, பாலியஸ்டர் சர்ட்டிக்ஸ், பட்டுத் துணிகள்.
- \* பருத்தி, பாலியஸ்டர் சூட்டிங்ஸ்.
- \* லுங்கிகள், துவாலைகள், வேட்டிகள்.
- \* படுக்கை விரிப்புகள், அலங்காரத் துணி வகைகள்.

- \* உங்கள் அலுவலக மூலமாக கடன் வசதியைப் பெறுங்கள்.
- \* அருகாமையில் உள்ள கோ-ஆப்டெக்ஸ் விற்பனை நிலையத்திற்கு வருகை தாரீர்!
- \* சூாயிறு மற்றும் விடுமுறை நாட்களிலும் விற்பனை உண்டு.

- தள்ளுபடி -

## 20% - 40%



கோ-ஆப்டெக்ஸ்

சென்னை





## PARTNER FOR LIFE A COMPUTER CHOICE

- We have on our computer comprehensive data of large number of Tamil Brahmin Boys/Girls with Horoscopes/without Horoscopes eligible for marriage.
  - We also have the facility to match Horoscopes when asked for.
  - We are also registering horoscopes of boys/girls FREE OF CHARGE to increase our Master.
- For further details please contact :

### Mascon Computers Matrimonial Bureau

250/11, Shaniwar Peth, Pune - 411 030 Tel : 434148

OR Sri R. Vaidyanathan, Jt. Director ■ Agriculture (Retd)

■ A/2 First Main Road, Gandhi Nagar, Madras - 600 020 Tel : 418397

OR Sri K.S. Srinivasan, Palmist & Numerologist, Shri Apartments,

1-1-780-A/12 Gandhi Nagar, Hyderabad - 500 380

OR Smt. V. Lalitha, 2/230, Above Town Stores Opp. Koltvada Rly. Station,

Ston East, Bombay - 400 022 Tel : 494010.

OR Sri. S. Pattabhiraman, Plot No. 7, Srinivas Building, Gaothan Road,

No. 1 Chembur, Bombay - 400 071

OR Sri. V. Vaidyanathan, No. 4, Navmilan Society, Pendas Nagar, Near Andhra Bank,

Dombivili East, Thane District. Pin : 421 201

OR Sri. K. Jayaraman, 6 Varadan Apartments, Opp. Polychem Factory,

S.V. Road, Goregaon West, Bombay - 400 062

OR Sri. C.K. Subramaniam, 387, 14th Main Road, MCR,

Vijayanagar, Bangalore - 560 040. Tel : 351307

**தீபாவளி பண்டிகைக்கு விசேஷ  
ஆர்டர்கள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.**

**உயர்ந்த தரம்!  
உயர்ந்த சுவை!**



வட இந்திய, தென் இந்திய  
இனிப்பு வகைகள், கார வகைகள்  
சுவைத்து மகிழ்ந்திட



**ADYAR  
ANANDABHAVAN  
SWEETS**

No. 9, Latties Bridge Road, Adyar (Near Signal),  
Madras-600 020. Phone : 411265

graduate girls, beautiful, fair  
from respectable family for  
Ashworths. Marjorie  
Gordon, Portsmouth, New Eng.  
B. Conn. C. A. I. B. Officer, Mar-  
ried. Married. B. Conn. 25/26/27  
2000. Inform complete. Apply  
to Box No 1931

4. மதுரை பிரதமனாக அங்கீகரிக்கப்பட்டிருக்கிற அம்மேலும், 1871-ம் ஆண்டு வரையில் வங்காள மாகாணத்திலிருந்து வந்தவர்களைப் பற்றி எழுதிக்கொண்டிருக்கிற ஆரம்ப ஆராய்ச்சியைப்பற்றி 22 முதல் 35 வரையிலான கட்டுரைகள் 1-ம் பதிப்பாகப் பட்டிதரக் கணக்காகப் தொகுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இவ்வகை அட்டைப்பதிப்புக்குரிய தரக்காக அட்டைப்பதிப்பு. செப்டம்பர் மார்ச் 1933

[illegible][illegible]

\* Homeage made from good looking girls in transferable employment basis 24 years for Madame. Arthur L. Williams first quarter boy. - frequency of General Union, 240 8th. Apply Box 46, 1923

[illegible][illegible][illegible][illegible]

Worked for full time around 16, advised that there for current responsibilities will be around 16,000 per month. 12,000 monthly for 12 years in 1980. Further the Office based for 14 years earning at 21000 monthly and no tax. Contact: H.V. Gannon, Eastern Industrial Union, Box 3787, Denver.

தொகுப்பில் உள்ள பத்திரிகைகள்  
காலவரிசைப்படி தொகுக்கப்பட்டுள்ளன. அவைகள்  
முதல் 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 83

Source: *Current Art*  
number 30/ 163/ 1968 (Exhibition  
in Göttingen, 1968, pp.

additive justingam. } Books were made well educated Teachers/ Books/Insurance/Central State Govt employed trade. (4 Ed holders also contact) Reply with horoscope to Mr Saranath, 95, Philanthrop Cottage, Cornwall Road, Changanassery, Cochin - 1

4. Alligatore evolved for Linnæus's early 18th-century 28 170 acre Walden Marsh. Nether-nether-jug even business. Boy has a fine white spots in front getting tired. Respond with family details to Box No 1934.

[illegible]

சென்னை: கிராமப்புறங்களில் உள்ள பள்ளிகளில் கல்விக்கான செலவுகளை குறைக்க அரசு நடவடிக்கை எடுக்கிறது. கிராமப்புறங்களில் உள்ள பள்ளிகளில் கல்விக்கான செலவுகளை குறைக்க அரசு நடவடிக்கை எடுக்கிறது. கிராமப்புறங்களில் உள்ள பள்ளிகளில் கல்விக்கான செலவுகளை குறைக்க அரசு நடவடிக்கை எடுக்கிறது.

[illegible]

W. W. Wood, a very fair, intelligent graduate holds from good efficient family the toll Ayer E. Oak (Civil), 30, employed in a reputable construction company as project engineer. Martha Galtson, Katharine star, attending school, just at a junior company executive in Kentucky. (Not fully characterized and him to a very fair and honest). Subjects attending Engineering acceptable. Supply with horseage and articles to see No. 1929

குப்பமேளம் - 3 மணி  
மணிக்கு ஒரு முறை கிணறு  
மேலும் பெரிதும் இரண்டு



# அட !!!

## மின்சார உதவியில்லாமல்

### ஃபட்

### புராஸஸர் !!!



### வழங்குவது

### அனாஜா®

எல்லாவித சமையலறை  
வேலைகளுக்கும் உகந்த 5 லித்ர்  
பயனுள்ள அட்டாச்மென்ட்கள்...

வெட்டுதல்  
துண்டாடுதல்  
கொத்துதல்  
துண்டு துண்டாடுதல்  
துருவதல்  
அலங்கரித்தல்  
கடைதல்  
அடித்துக் கலக்குதல்  
அரைத்தல்  
கலத்தல்

செ-1882/பி-1882



### ANAJALA

The largest range of kitchen companions...  
More than 160 varieties.

அஞ்சலி என்விங் கிட்  
ரூ. 39/- மதிப்பிலே  
உடனடி உத்தரவுகளைப்  
இலவசம்



# HOPE

**செய்யும் ஸ்டெயின்லெஸ்  
கேரிகரில் செய்யப்பட்ட  
கேரிகர் டியன் கேரியர்கள்**



துயாரிப்பாளர்கள்

**ஹோப் (இந்தியா)**

8, வாசு தெரு கீழ்ப்பாக்கம்

(Behind Ega Theatre)

சென்னை - 600 010

தொலைபேசி: 655470

Licencee



**STEEL AUTHORITY OF INDIA LIMITED**

பல்வேறு கொள்ளளவுகளில் கிடைக்கின்றன.

இன்ஸ்டிடியூஷனல் மற்றும் வியாபார விற்பனை வரவேற்பாடுகின்றன

கை. துறக்கம். கற்றுக் குழியை  
விளக்கமுடன் விளக்கப்படுக  
யது. தொட்டி கொண்டு இதை  
ஒரு தாயை விடாமல் இ  
தற்குள். 43, துறக்கம் கை. தொ  
குளம். கை. துறக்கம் -  
44 2103

[illegible]

9. சென்னைப் பெருநகர், 28  
ஆகஸ்ட், 1946. க.க.ச. பி.டி., கல்யாணத்  
நாட்டினர் பி.டி. ஆலையுக்குத்  
தகுதியான படித்த மேலாண்மை  
கலை 41 மாநிலத்தின் கல்வி அமைச்சர்  
பி.கே.சி. சேனாபதி சென்னை நகரில்  
உள்ளதற்கு அனுப்புகிறார் (பி.டி.பி.)  
(சென்னைப் பெருநகர், 28.8.46)

[illegible][illegible][illegible]

\* Alliance invited from recently employed C.S.A. (protection)  
\* Under ground Mr. Under gal 22/34/84. H.H., whistish complexion, employed in a private school. Apply Box No. 6029

தமிழக அரசு, இந்த ஆய்வுக்குரியதாக உள்ள இடங்களில் நடைபெறும் வேலைகளை உடனடியாக முடித்துக் கொடுக்க வேண்டும். மேலும், இவ்வாறு நடவடிக்கை எடுக்கப்படாத இடங்களில், வேலைகளை நிறுத்தி வைக்க வேண்டும். மேலும், இவ்வாறு நடவடிக்கை எடுக்கப்படாத இடங்களில், வேலைகளை நிறுத்தி வைக்க வேண்டும்.

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

4. Sushila Vallabhai Pillai parents in Singapore seek alliance from north community group, deceased, for daughter 24 years, 8 PLIC, working as Steward in Private Flats. Corresponded with her mother to San 96a 4247

சென்னை நகரில் உள்ள பஞ்சாயத்து ஒன்றியங்களின் பற்றாக்குறை குறைக்க நடவடிக்கை எடுக்கப்படுமா? இல்லாவிட்டால் அதற்குக் காரணம் என்ன?

[illegible][illegible]

\* *Adiantum* overrid from parents of Minkie Jan. H. vegetative greenish for hair, normally type greenish; age 29/163. Parents: *Adiantum* *canadense* Vahl and *Adiantum* *capillare* L. Following study: *Adiantum* *capillare* L. and *Adiantum* *capillare* L. developed at well defined greenish overrid. Study to Dec. No. 405

[illegible]

• **Shilpa** - lovely, fair, very charming, beautiful, very intelligent (Brahmin girl), very fair, good looking, educated girl 26/5 0 Education - passed + 2 and typewriting better and higher grade. (Domestically trained).

Apply with drawings to E.M.  
Rummeny, Retired Inspector  
of Police, Marymount Kol  
Brest, Thendrayankuppam,  
Kottakuppam P.O. 605 104.  
South Arcot Dt.

\* Wanted over-Showermashan  
hyangar bridegroom qualified  
and probably employed in U.S.  
Bank. Gave for his complimentary  
girl age 38. Contact V.R. Sath-  
vada hyangar, Turmeric Mar-  
chand, 131, Offshore Chinatown  
Quadrant 34 Grade - 3

\* Alluraj invited for Kavalalinga Vadam. (yer girl, 24 years, M.A., 5'0" tall, Arigatirisham, Vellupur in Hindi, knows english) He movie Contact H E Kalyan Ram. 95 128 Colony, Erudivil.

[illegible]

\* Alliance invited **top** north-Korean nuclear professionals employed well **before** Karpov's arrest **last** Jan. He was 22 **years old** at the time with **handsome** and **feminine** features. He has **dark hair**.

[illegible]

<sup>2</sup> தமிழ் மரணம் என்பது மரணம் அல்ல, மரணத்தின் பின்னர் வரும் மரணத்தின் பின்னர் வரும் மரணம்.

[illegible][illegible][illegible]

நித்யாவுக்கு 11, 12 ஆகிய  
வயசு. 17 மணி. குழந்தை  
பெண். குழந்தை பெண். குழந்தை  
பெண். குழந்தை 19. 1998-2000  
குழந்தை-பெண்-பெண். 19 ஆக  
வயசு. குழந்தை. குழந்தை. குழந்தை.  
19 ஆகிய வயசு. குழந்தை. குழந்தை.  
குழந்தை. குழந்தை. குழந்தை. குழந்தை.  
குழந்தை. குழந்தை. குழந்தை. குழந்தை.

1. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 2. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 3. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 4. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 5. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 6. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 7. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 8. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 9. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව  
 10. **අනුමැතිය** ලබා දෙනු ලබන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව

[illegible][illegible][illegible]

\* Alliance invited for Vintagrad  
Younger girl aged 33 years. Good  
looking, medium complexion,  
domestically trained. BSLC, un-  
employed. Karamba Gathum.  
Box 1000. Tel. No. 4063

\* Alliance for law Brahacharya:  
nam giri, aged 23, Aaditya  
Gandharva Gadhara, Brahman,  
height 135 cm, B.Com. ICA,  
employed in reputed company  
in India. Reply with forwarding  
to 800 444 4044

2. Alliance rivaled from new  
Marquesa Brakenham boys  
into 22 years, well-settled for  
all year, tall (165 cm),  
black, girl, M. Conn., unemployed  
all year, her brother with  
Angusie Graham to San  
Diego.

\* Qualified well settled Hyderabad Engineer, C.A., professional Officer Bank etc., earning above 1000 for well off graduate. Tel. No. 272/134 Koundinya Nagar, Tiruvadur, sudden jagdigan. Reply with harmonize and details. Submit on bar. To Mr. M. S. S.

\* **Shilpa** **Sharma** from parents of graduate boys below 10 employed in Bombay for good looking girl 20, graduate, employed. Sendin Gifford, Bhubaneswar. Karitkar star with small dash on forehead. Reply to Box No. 8647

\* Talsugu Bhojwani, Vaidnath, Arvihar Mathura road bride 28 years, attractive passed B.Com, Typewriting and shorthand. Bride younger, Indian city, Central Government, State Government, B.Ed or reputed company employment preferred. Offer mail addressed to Box No. 4088

[illegible]

மாங்கையர் மலர்



பெண்களுக்கு

ஸ்ரீசத்யசாயிபாபாவின்

அழகு உடைகள்!





## கனவ நிறைந்த கேசரி நிமிடத்தில் தயாரிக்கலாம்.

மீல்க்மெய்ட் கொண்டு தயாராகும் இந்த கனவ நிறைந்த கேசரியை உங்கள் குடும்பத்தினர் வெகுலகை கிழியுமார்கள். நிறைந்த சளிதான தயாரிப்பில் உங்களது ஒரே ஆனந்தம்.

- கேசரி**  
4-5 பேருக்கு  
கனவக் ஆறும் கேசும் 15 நிமிடங்கள்  
கேசுவ  
மீல்க்மெய்ட்: 2 டீஸ்பூன், 1 டீஸ்பூன்  
கேசும்: 150 கிராம் (நீர்)  
தண்ணீர்: 2 டீஸ்பூன், கேசரி மூலம் தயாரிக்கும்  
பொதியில் மூலம்: 8-10 (நிறம்மீட்டர்)  
தண்ணீர்: 20 கிராம் (நீர்) (கேசுவும்)  
(நிறம்மீட்டர்)
- கேசரி**  
1. கனவத்தில் கேசுவை கலக்கவும்  
2. மீல்க்மெய்ட் பருப்பையும், திரைக்கனவையும்  
கேசுவிலுமே கலக்க வேண்டும் வறுத்து  
தண்ணீர் எடுத்து கலக்கவும்.

3. மீல்க்மெய்ட் கனவை கெட்டு  
கொண்டிருக்கும் வரை வறுக்கவும்.
4. இதைக் கொசு மூலம் கனவத்தில்  
2 டீஸ்பூன் தண்ணீர் கலக்கவும். தொடர்ந்து  
கிளறி கிளியும்.
5. தண்ணீர் உறிஞ்சப்பட்டவுடன் துட்டம்,  
ஈரத்தது மீல்க்மெய்ட் கெட்டுக்கவும்  
மீல்க் தண்ணீர் கனவத்தில் மூலம் கனவ  
மூலம் கனவ தொடர்ந்து கிளியும்.
6. கேசுவை தட்டில் வறுக்கவும்.  
கிளியில் மீல்க்மெய்ட் பருப்பையும்  
திரைக்கனவையும் கிளியும்.
7. கனவ கிளியில் கனவ கெட்டுக்கவும்.
8. கனவ கெட்டுக்கவும். கனவ கெட்டுக்கவும் கிளியும்.

விந்நதை பல சிசய்திட மீல்க்மெய்ட்

### இலவசம்

மீல்க்மெய்ட் கொசு 3 புத்தகம்  
கனவப் பெற மீல்க்மெய்ட் கேசு 22,  
புது தில்லி-110019  
என்றும் முகவரிக்கு அனுப்பவும்.





Leo makes every day happy.  
Start your own journal.  
Leo will make the fun  
of every day a day to remember.  
Every day is good with Leo.  
Leo is the best friend  
for every day and every season.

By: Scholastic



The LEO is a Scholastic book series is specially priced between \$6.95 and \$9.95. All tickets.

# இதோ பீனோ நறுமணம்

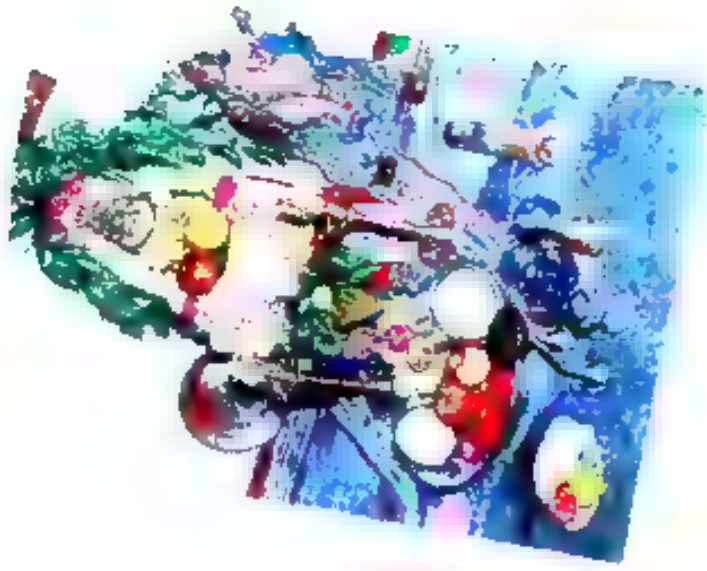
பத்து வித புஷ் பீனோவர்கள் ஸ்கைக்கத்தக்க வானகையில்  
கொட்டகிறது. ஐஸ்கிரீம், பேக், பிஸ்கட், ஸ்ரேஸ், பாக்,  
பாஸ்கம், டீ, குளாஸ் ஜெல்லன், சாக்ரூக்கா மற்றும் சாஸத்  
பேக்கிங்ஸ்தில் போத்து குடுத்து மெருங்குகள்.

உங்கள் சாலை மதுவாயிலும் அதற்கு ஒரு கொடுக்கும்  
கனம் இலத்தில் உண்டு.



புஷ் பேக் ஆலன் (இந்தியா) லிமிடெட்.

மரிசுகயர் மலர்





இனிவரை அவரிடம்  
இவன் பரிக கோரினான்,  
இதமாகத் தோன்

— தழுவித் தோட்டு

பாலை மனம்அறித்து  
பாச முகம் மகரப்  
பரிசளித்தார்

— 'சாஜேஸ்வரி' பட்டு!

**ஸ்ரீ ராஜேஸ்வரி**  
**வெள்ள**

121, 109 சிபி, சேலமுத்தூர்,  
59, 501 சிபி, சேலம்.



சாசிலாசன காது, ஆரம், பனாசன் மற்றும் தம்மாவுரம்  
பட்டுப் புடவைகள், பாஷாடை துணிரசங்கள் வாங்கச் சிறத்த இடம்



சுவைதயின் நறுமணம்



லிரிக்ஸ்  
ஊதுபத்திகள்

A Padmini® product

Mudra B&P PP-282-90

# ஆடை அலங்காரம்

சென்னை: 044-235 111 234

Registered on 6/06/2000



LINTAS M PRA SA 53 241 774

நவீன பு.வை  
அளித்திய

பிரபல மில்

நாகர்க்கோட்டில் பெரும்ப



சின்னச் சின்னக் குழும்பு  
செய்யும் இந்த வரும்பு...



குழந்தைகள் செய்யும் குழும்புகளால் ஆடைகளில்  
படியும் அழுத்துகளையும் கறைகளையும் பற்றிக்  
கவலைப் படத்தேவைவிலில்லை. இதோ,  
உங்களுக்காகவே புதிய 'பெட்' ஈட்டர்ஜன்ட் கட்டி,  
லாண்டுகூட சலவை போலவே வீட்டுச் சலவைவை  
புதிய 'பெட்' ஈட்டர்ஜன்ட் கட்டி. இதன் துறைவளம்  
தாடினம். வெளுக்கும் துணிகளோ ஏதானம்.  
குழாய்பாது. சளிதில் கறைபாது. கெட்டியாகவே  
இருக்கும் இறுக்கமான கட்டி. எல்லாவகைத்  
துணிகளையும் சலவை செய்வலாம்.  
அடம் பிடிக்கும் அழுத்துகளும் அகலும்.  
ஆடைகள் யாவும் ஒளி வீசும்.



I'm Amma's Pet





மலர் புதுமைகள்  
அளித்திருக்கிறோம்

**பிரிமியர் மில்ஸ்**  
நாகரிகத் துணிகளில் பெரும்புரம்